

بیتنا کی کتابیں

روحانی ڈائجسٹ

جنوری ۲۰۱۲ء

علم کے بغیر تمام احساسات
نہا کا درجہ رکھتے ہیں۔
(قائد دریا بالا لیسٹ)

PDFBOOKSFREE.PK



پہلے پڑھنا اور پھر لکھنا
اور پھر لکھنا اور پھر پڑھنا

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



پڑھ تیرا رب بڑا کریم ہے جس نے علم سکھایا قلم سے
ہیخمبرانہ تعلیمات و روحانی و سائنسی علوم اور نظریہ رنگ و نور کا نقیب

ماہنامہ
رُوحانی ڈائجسٹ

ممبر آل پاکستان نیوز پیپر سوسائٹی
کراچی

سرپرست اعلیٰ

اَبْدَالِ الْحَيٰوةِ فَلْيَدْرِكْ بِآبَابِ الْوَالِدِیْنَ



چیف ایڈیٹر

خواجہ شمس الدین عظیمی



ٹیکنیکل ایڈیٹر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

پی ایچ ڈی، کراچی یونیورسٹی



ایڈیٹر

جمیل احمد خان

اُمّ طوٰبِي



پارٹیز، حج و عمرہ کے لئے
جدید ترین ڈیزائن اور رنگوں میں عربی عیایا،
کوٹ، اسکارف چادریں اور احرام

مٹنڈو جھیل روڈ

اُمّ طوٰبِي



A New Concept
Basic Hijabs Boutique

نزد جھیل پارک، طارق روڈ چاول سینٹر والی گلی کا آخر، کراچی

فون 021-4301023، موبائل 0322-2223571

E-mail: umeetooba@hotmail.com

رُوحانی ڈائجسٹ

اس ماہ بطور خاص.....

چلتے رہو زکو نہیں.... زکو نہیں چلتے رہو!
قلمندربابا کا یہ فرمان ہمیں معاشرتی، معاشی، اخلاقی، مذہبی اور روحانی معاملات
میں جمود سے بچنے کی تلقین کر رہا ہے۔

21..... جمیل احمد خان
حواس کا فریب.....!

بابا صاحب فرماتے ہیں ”علم کے بغیر تمام احساسات نفی کا درجہ رکھتے ہیں۔ اگر کسی چیز
کا علم نہیں ہے تو اس چیز کا دیکھنا ممکن ہے نہ سنا ممکن ہے“.....

43

25..... برومیس
خواب۔ غیب کا دروازہ.... (دوسرا حصہ)
قلمندربابا فرماتے ہیں خواب روح کی زبان ہے.... خواب ہمیں روح اور روح کی
صلاحتیوں کا سراغ دیتا ہے....

25

35..... ابن وصی
خوشی کا احساس صحت مند رکھتا ہے....
قلمندربابا اولیاء کی تعلیمات آگاہی دیتی ہیں کہ خوشی کا احساس ہانٹنے سے اس میں اضافہ
ہوتا ہے، جو اچھی صحت کے لیے نہایت ضروری ہے۔

39..... محمد راحیل
ملفوظات قلمندربابا اولیاء.....
حضور قلمندربابا اولیاء کی تعلیمات کا فہم حاصل کرنے میں آپ کے اقوال و
ارشادات سے بڑی مدد مل سکتی ہے۔

35

43..... ❖❖❖
اور ظلمت رات کی سیاب پا ہو جائے گی!
روحانی بزرگ پاکستان کے لیے دست بدمعاہیں!.....

47..... احسن عظیم محامد

47

39

فی شمارہ 60 روپے جلد 34 شمارہ 2 جنوری 2012ء نمبر 333

اعزاز کی معاونین

سیدہ راشدہ عفت * سہیل احمد

سالانہ خریداری کی شرح

پاکستان (بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک)..... سالانہ 550 روپے
بیرون پاکستان کے لیے..... سالانہ 60 امریکی ڈالر

..... خط لکھتے کا پتہ.....

1/1-D، ناظم آباد کراچی 74600 پوسٹ کس 2213۔

فون نمبر: 021-36685469۔ فیکس: 021-36606329۔

ای میل: roohanidigest@yahoo.com

digest.roohani@gmail.com

پبلشر، پرنٹر: ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

ایڈیٹر: جمیل احمد خان

طابع: روحانی ڈائجسٹ پرنٹر

مقام اشاعت: 1/1-D، ناظم آباد۔ کراچی 74600

اسلام، تصوف، پیراسائیکولوجی

مسلمانوں کی مثال ایک مضبوط عمارت کی ہے....

- نور الہی، نور نبوت... خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 10
 تپو شش کوئی نفلت کے نخل میں نہ درخت ہے....
 صدائے جیس۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 12
 انسان کی بنیاد انجمنی شیخ خلیب کے علاوہ کچھ نہیں....
 خطبات عظیمی۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 63
 تصرف کی کیا حقیقت اور اہمیت ہے؟....
 روحانی سوال و جواب۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 179

اپنے سر نے کا دکھ....

”تم کیوں گھبرا رہے ہو.... ابھی فون مت کرو۔ ذرا اپنے سر نے کا تراشہ دیکھو“.... اردو ادب کا ایک شاہکار افسانہ....

جیلانی یانو۔

انڈیا... 99



سائنس، نفسیات، معاشرت، ادب

رخصتی....

آصف بیگم کے ذہن میں اپنے والد کے الفاظ گونجنے لگے ”عورت کا اصل گھر اس کے شوہر کا گھر ہوتا ہے“....



ملکہ نسرتین شیخ... 93
 ریاضی کو خشک مضمون

سنہ سبھی.... روز مرہ زندگی میں اس علم کے بغیر مہذب معاشرے کا قیام ممکن نہیں۔

ریاض عاقب... 115

تیس ماہ آ.... مہمان کالم۔ محمد اظہار الحق... 73
 جس بیٹے کی کامیابی کی دعائیں مانگی، اسی نے مجھے اکیلا چھوڑ دیا....

انسان نورا کی کہانی گلشن کھنڈ حافظ... 171
 جیوان کے کاروبار سے دلہت حکیم احمد کی زندگی کے شب و روز....

سو سے یہ بھی آدمی... 175
 ایک حیران کن فتلب... نگاہیہ تحریر

جستہ جستہ... محمد ذہانت علی بیگ... 209

اکیس سال جنت کی پراسرار دنیا



121



105

تحریر قند

راشد نذیر

شیخ الاسلام....

حضرت یسار الدین
 زکریا الستانی
 کا تذکرہ....

محمد اقبال جیلانی

51

خواتین، نوجوان، بچے

ڈاکٹر، انجینئر نہیں بن سکے تو کیا ہوا؟.... دوسرے شعبوں میں قسمت آزمائی کریں۔ کینیڈا ٹیڈس۔ 119

مظلوم بنت اچھوڑیں.... اپنا حامیہ کریں

مہناز اشرف پٹ... 77

گھر کی روشنی.... آپ کے ذوق کی

آئینہ وار... 85

کھانے بدل بدل کر پکانیں.... جس کی موجودہ مصروف زندگی میں خصوصاً تو اہم کو زیادہ ضرورت ہے....

سیماولی محمد... 81

بچو! پیسے درخت پر نہیں اُگتے....

آن پخت کرنا سیکھو گے تو کل کروڑ پتی بنو گے....

83

حسن کی حفاظت.... 165

کیا آپ ماں بننے والی ہیں....

ڈاکٹر فوشاں... 167

صحت مند زندگی

صحت کے تقاضے.... انہیں سمجھنے کی ضرورت ہے۔

بڑھتے ہوئے وقت کے ساتھ ساتھ زندگی کی ہر ضرورت اور تقاضے کو سمجھیں....

133

گھسے کا بڑھت ہو ا استعمال....

ہلک پیاریوں کا موجب بن رہا ہے۔

عسرق گلاب.... آپ کے صحت کا محافظ....

فرح دیبا... 147

نزلہ و زکام!.... سستے اور آسان گھر بولو علاج....

141

چائٹل.... اسپال، اپنی اور جی کے لیے فائدہ مند... 150

چپکو ترا.... تو امانی سے بھر پور پھل... 151

رگل.... اعصابی تقویت کے لیے ٹانگ... 155

147

135

دل کا معاملہ
 ہنہ منگن ہوا ہے

ڈاکٹر جاوید سمیع

یہ ہے پاکستان



دریا کے راوی 191

یہ گھوڑ کیسے شوٹا؟



87

- 213- معلومات عام...
 215- بچوں کا روحانی ڈائجسٹ... محمد نبیل عباسی
 221- انعامی مقالوں کے نتائج...
 223- محفل مراقبہ...
 233- روحانی ڈاک... ڈاکٹر وقار یوسف عطیشی

- 181- قرآنی انسائیکلو پیڈیا... ادارہ
 187- تاریخ صمدی پہلے... ادارہ
 195- عالم امروز... احسن عظیم خلد
 201- قدح سخن... مرتبہ تصاعر غنی
 202- میری پند پرہ کتاب...
 207- روحانی رنگ رائٹر زکاب... ادارہ

- 127- سائنس کارنر Q&A... ڈاکٹر جمیل احمد صدیقی
 131- یو گامب کے لیے...
 132- سر کی پرنکس...
 159- دسترخوان... فلک ہاز
 163- جلد اور ہاؤس کے مسائل... حکیم عادل المصلحی

- 16- حق الحقین... ڈاکٹر وقار یوسف عطیشی
 59- ہجرت نبوی...
 61- حکایت اولیاء...
 65- شرح لؤلؤ و قلم... خواجہ شمس الدین عطیشی
 69- کیفیات مراقبہ...
 مستقل عنوانات

رسول اللہ ﷺ کا فرمان ہے!....

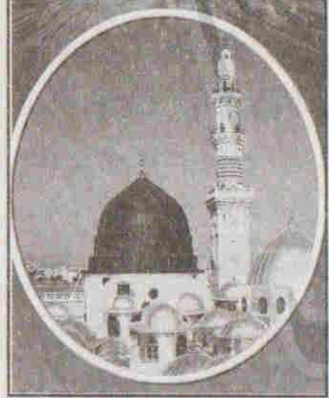
مسلمانوں کی مثال ایک مضبوط عمارت کی سی ہے کہ جس کا ایک حصہ دوسرے حصہ کو تھامتا اور سنبھالتا ہے.... (بخاری و مسلم)

ایک اور جگہ ارشاد ہوتا ہے....

تمام مسلمان مثل شخص واحد کے ہیں کہ اگر اس کے سر میں درد ہوتا ہے تو تمام بدن میں درد ہوتا ہے اور اگر اس کی آنکھ میں تکلیف ہوتی ہے تو سارا بدن تکلیف زدہ ہو جاتا ہے.... (صحیح مسلم و مسند امام احمد حنبل)

آج اہل فکر و نظر سے یہ حقیقت پوشیدہ نہیں کہ اس وقت دنیا بھر میں مسلمان جہاں جہاں بھی مصائب و آفات میں مبتلا ہیں، اس کا سب سے بڑا سبب آپس کا تفرقہ و انتشار ہے۔ اس انتشار میں بعض تو اتنے آگے بڑھ چکے ہیں کہ کلمہ گو مسلمانوں کی جان لینے میں بھی عار محسوس نہیں کرتے۔ انسانی جان کی حرمت کے بارے میں اسلام کے تقاضے رسول اللہ ﷺ نے خطبہ حجۃ الوداع کے موقع پر ہی نہیں کئی دیگر مواقع پر بھی بیان فرمائے ہیں اور اس حوالے سے جس شدت کے ساتھ تاکید فرمائی ہے اگر اس پر تمہہ دل سے عمل کیا جائے تو وہ ہر قسم کے تفرقہ و انتشار پر قابو پانے کے لیے کافی ہوگی۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

تورانی



ترجمہ: ”جس نے ایک انسان کو بے گناہ قتل کیا اس نے گویا سارے انسانوں کو قتل کیا“۔

(سورہ مائدہ: 32)

پیغمبر اسلام حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ نے دولت کے حصول اور تجارت کے فروغ کو برا نہیں کہا، صرف اور صرف ارتکاز دولت کو روکنے کا حکم دیا۔ قرآن مجید میں ارشادِ باری ہے:

”خبردار! دولت صرف مالداروں میں گردش نہ کرتی رہے۔“ (المحشر: 7)

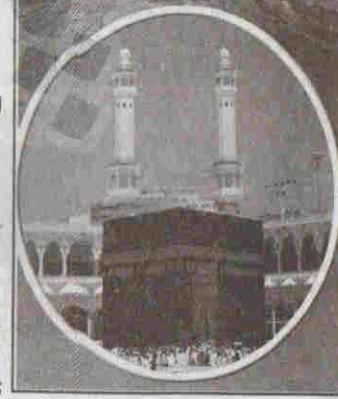
اسلام کی رو سے جمع کی جانے والی ضرورت سے زائد فاضل دولت معاشرے میں بگاڑ کا موجب بنتی ہے۔ دولت کے چند ہاتھوں میں مرککز ہونے سے غریب، مفلوک الحال اور بے بس لوگوں میں اخلاقی بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے، جس سے پورا معاشرتی نظام ہی فاسد ہو جاتا ہے۔

اللہ اپنے پسندیدہ بندوں کی تعریف قرآن حکیم میں اس طرح فرماتا ہے:

ترجمہ: ”اور جو کچھ ہم نے ان کو عطا فرمایا ان میں سے خرچ کرتے ہیں۔“ (سورہ بقرہ: 3)

اللہ کے پسندیدہ بندے اپنی ضرورت سے زائد کوئی چیز نہیں رکھتے۔ وہ دولت کو جمع کرنے کے بجائے اپنی زائد دولت خرچ کر دیتے ہیں۔

تورانی



زکوٰۃ کے معنی پاکی، بخشش اور رحمت کے ہیں۔ چنانچہ جو قوم اس کی پابندی کرتی ہے وہ پاک ہو جاتی ہے اور پھلتی پھولتی ہے۔ کیونکہ حقیقی خوشحالی بجز اجتماعی خوشحالی کے اور کچھ نہیں، معاشرتی ترقی کا دار و مدار اسی پر ہے۔

زندگی میں کام آنے والی بنیادی چیزیں اللہ تعالیٰ نے اس طرح فراہم کر دی ہیں کہ انسان پاسے نہ پاسے وہ چیزیں اس کو ملتی رہتی ہیں۔

دوستو!
خوش کیجیے! اللہ تعالیٰ زمین نہ بناتے، گیوں کا دار نہ تخلیق نہ ہوتا۔ پاول بیج نہ بنتا۔ دھوپ نہ نکلتی تو کیا انسانی غذائی ضروریات پوری ہوتیں؟....

اللہ تعالیٰ چوپائے اور ہنسے پیدا نہ کرتے تو گوشت کھانے کو کہاں سے ملتا....؟
ہم دودھ کہاں سے پیتے....؟

انسان کو چاہیے کہ وہ اپنے اندر کی مشینری پر غور کرے۔ انسانی مشین چلانے میں آدمی کیا کردار ادا کرتا ہے....؟

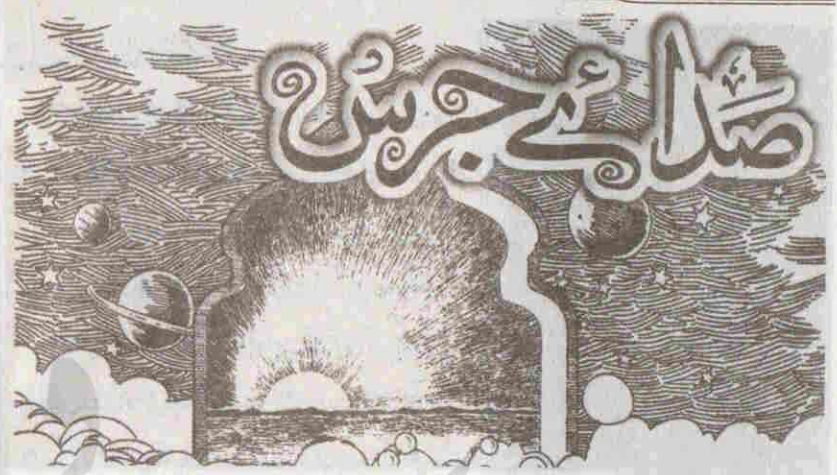
اقدار کی خواہش انسان کے اندر اس وقت ہوتی ہے جب اس کے اندر کی مشینری چلتی رہے۔ دل دھڑکتا رہے۔ آستیں چلتی رہیں۔ گردے کام کرتے رہیں۔ دماغ سگلسگلس وصول کرتا رہے۔ دماغی سیلز اعصاب کو متحرک رکھیں۔ آواز نکلتی رہے ڈیلے حرکت کرتے رہیں۔ پلٹ بھینکتی رہے۔ دماغ پر عکس منعکس ہوتا رہے۔ دماغ اطمانت فراہم کرتا رہے۔ ہمارے اندر بصیرت ہو، عقل بھی ہو لیکن آنکھ نہ ہو تو آدمی دیکھ نہیں سکتا۔ دل نہ ہو تو حرکت کا وجود معدوم ہو جائے گا۔

انسانوں کا آنا زمین پر ابھی موقوف نہیں ہوا.... عالم ارواح سے قافلہ چل پڑا ہے اسے دنیا سے گورنا ہے۔ اس لیے یہاں وسائل فراہم کر دیے گئے ہیں۔

جو چیز موجود ہے اس کے لیے خود کو محدود کر لینا نادانی ہے۔ وسائل کی قدر و قیمت اس حد تک ہو کہ وسائل استعمال کے لیے بنائے گئے ہیں، تو آدمی خوش رہتا ہے اور جب کوئی انسان وسائل کی قیمت اتنی لگا دیتا ہے کہ اس کی لغت قیمت کم ہو جائے تو آدمی ناخوش ہو جاتا ہے۔

انسان دنیا والوں سے توقعت قائم کر لیتا ہے تو اس کے اوپر خوشی اور غم اس لیے مسلط ہو جاتے ہیں کہ جس سے توقعت قائم کی گئی ہیں۔ وہ خود محتاج، عاجز و لاچار ہے۔ جو انسان خود وسائل کا محتاج ہے وہ دوسروں کو کیا دے سکتا ہے....؟

یہ کیسی نادانی ہے کہ ماہو سال کا آدمی اکٹھویں سال میں داخل ہونے کے لیے پریشان ہے، لیکن



ہر آدمی چاہتا ہے کہ وہ خوش رہے، صحت مند رہے، اسے کسی قسم کی تکلیف نہ ہو۔ ہر شخص کہتا ہے کہ میں خوش رہنا چاہتا ہوں۔ ہر دوسرا آدمی تلقین کرتا ہے کہ خوش رہا کرو۔ آدمی کوئی چیز ساتھ نہیں لے جاتا۔ آدمی کپڑے پہنے ہوئے پیدا نہیں ہوتا۔ مرتا ہے تو کپڑے اتار لیے جاتے ہیں۔ زندگی کا فلسفہ یہ ہے کہ آدمی پیدا ہوتا ہے تو اپنے ساتھ کچھ نہیں لاتا اور مرتا ہے تو اپنے ساتھ کچھ نہیں لے جاتا۔ زندگی میں کوئی اختیار نہیں ہے لیکن ہر آدمی خود کو با اختیار سمجھتا ہے۔ اختیار نہیں ہے تو خوش کیسے رہے گا۔ اختیار ہے تو ناخوش کیسے ہوتا ہے....؟ جو شخص کہتا ہے کہ خوش رہا کرو، اس سے قریب ہونے پر معلوم ہوتا ہے وہ تو ہم سب سے زیادہ غمگین ہے....

دنیا میں کوئی عمل دو زخوں کے بغیر مکمل نہیں ہوتا۔ آدمی اگر خوش رہے گا تو ناخوش بھی رہے گا۔ یہ سب الفاظ کا ہیر پھیر ہے۔ لفظوں کا گور کو دھندا ہے۔ اصل صورت حال یہ ہے کہ آدمی خوش رہنے سے واقف ہے اور نہ اسے یہ معلوم ہے کہ غم کیا ہے....؟

اسے پانی کی ضرورت ہے پانی ہر جگہ موجود ہے۔ سردی، گرمی سے بچنے کے لیے بنیادی ضرورت مکان ہے۔ مکان بنانے کے لیے زمین پہلے سے موجود ہے۔ زمین نہ ہو تو مکان تعمیر نہیں ہوں گے۔ زندگی کے لیے بنیادی ضروریات آدمی کی پیدائش سے پہلے اور آدمی کے مرنے کے بعد بھی موجود رہیں گی۔ ان کے لیے ناخوش ہونا اپنے اوپر ظلم ہے اور ظلم ہی ناخوشی ہے۔

سید الانبیاء حضرت

محمد رسول اللہ ﷺ

کی تعلیمات ہر دور، ہر

قوم اور ہر خطے کے

لیے ہدایت و رہنمائی

اور کامیابیوں کا ذریعہ ہیں۔

ماہ ربیع الاول 1433ھ (فروری 2012ء) میں روحانی ڈائجسٹ

خیر البشر ﷺ نمبر

کے عنوان سے ایک خصوصی نمبر شائع کر رہا ہے.....

حضور پاک ﷺ کی تعلیمات پر مبنی رہنما تحریروں و

مرض مسین پر مشتمل یہ خاص نمبر معمول سے زائد

صفحات پر مشتمل ہوگا۔

تاریخین کرام، مشہرین اور ایجنٹ صاحبان نوٹ فرمائیں۔

وہ یہ نہیں سوچتا کہ پیدائش کے پہلے دن سے ساٹھ سال تک اللہ نے بہر طرح میری کھالت کی ہے۔ میں بھوکا نہیں رہا۔ ننگا نہیں رہا۔ ایک تھالیک سے دو ہوا۔ دو سے آٹھ ہوئے۔ بچوں کی شادیاں کیں۔ بچوں کے بچے ہوئے۔ انسان اپنے ماضی پر کبھی غور نہیں کرتا کہ میں کس طرح پیدا ہوا۔ کس طرح میری پرورش ہوئی۔ بچے ہوئے، بچوں کے بچے ہوئے۔ پیدا ہوا تو میرے پاس مجموعہ بڑی نہیں تھی اور اب میں ساٹھ سال کا ہوں۔ روزگار اور میرے تمام بچوں کے پاس الگ زندگی گزارنے کی تمام سولتیں موجود ہیں۔ یہ خیال کیوں نہیں آتا....؟

اس لیے نہیں آتا کہ آدمی ذات کے نول میں بند ہے۔ انسان مستقبل کے بارے میں تو سوچتا ہے لیکن گزرے ہوئے زمانے کو یاد نہیں کرتا۔

روحانی نقطہ نظر سے زندگی انسان کی ہو، سیاروں کی ہو، سورج یا چاند کی ہو یا درخت کی ہو یا کسی اور کی ہو.... ماضی کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔ جب کوئی قوم ماضی سے اپنا رشتہ توڑ لیتی ہے اور اسلاف کے نقوش قدم پر پیرا ہو کر اپنی حالت سنبھالنے کے لیے عملی اقدام نہیں کرتی.... کوشش، حرکت، عمل اس کی زندگی سے نکل جاتے ہیں تو ایسی قومیں زمین سے نیست و نابود ہو جاتی ہیں۔ جو قومیں ماضی سے اپنا رشتہ منقطع رکھتی ہیں اور اسلاف کے کارناموں کو اپنی زندگی کا نسب العین بنا کر عمل کرتی ہیں وہ عروج و ترقی کے محلات تعمیر کرتی ہیں۔

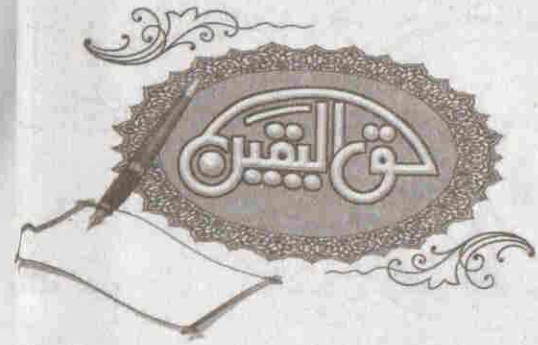
اگر انسان فی الواقع خوش رہنا چاہتا ہے تو روزانہ ماضی کو یاد کرے اور حساب لگائے کہ اللہ نے پچاس ساٹھ سالہ زندگی میں کتنی نعمتیں عطا کی ہیں۔ انسان اپنے جیسے انسانوں سے توقعات توڑ کر اللہ سے توقعات قائم کر کے جدوجہد کرے تو محدودیت سے نکل جاتا ہے۔ وہ ایسے لامحدود دائرے میں محفوظ ہو جاتا ہے جہاں خوف اور غم نہیں ہے۔

خوشی ایک فطری عمل ہے....

جبکہ ناخوش ہونا اور غمگین ہونا غیر فطری عمل ہے۔

ناخوش انسان خود اپنے آپ سے دور ہو جاتا ہے جبکہ خوش رہنے والا انسان اپنی ذات میں انجمن ہوتا ہے.... اور دوسرے لوگ بھی اس کے گرویدہ ہو جاتے ہیں....





27 جنوری سلسلہ عظیمیہ کے امام قلندر بابا اولیاء رحمۃ اللہ علیہ کا یوم وصال ہے۔

اللہ کے آخری رسول حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم کی اولاد میں سے ایک سید محمد لم برہنیا قلندر بابا اولیاء نے بیسویں صدی کی چھٹی دہائی میں سلسلہ عظیمیہ کی بنیاد رکھی۔ یہ وہ دور ہے جب مادی علوان اور مادی دنیا اور نئی سائنسی دریافتوں نے انسانی ذہن، انسانوں کے رہن سہن اور صدیوں سے چلی آ رہی مذہبی اور بعض مخصوص معاشرتی روایات کو شدید طور پر متاثر کیا۔

علوم کے پھیلاؤ کے سبب عظیم الشان تبدیلیوں کی لہر پہلے پہل ان معاشروں میں اٹھی جو اب کے پیر و کار تو تھے لیکن وہاں مذہبی پیشواؤں کی مفاد پرستی اور اجارہ داری نے سائنس اور مذہب کے درمیان ایک ناقابل ترمیم دیوار کھڑی کر دی تھی۔ ایک طرف جدید سائنسی نظریات تھے تو دوسری طرف مذہبی پیشواؤں کے بے بنیاد اور غیر قطری نظریات۔ یورپ میں چرچ نے مذہبی اجارہ داری اور حکومت سے ملنے والی سرپرستی سے کھل بوتے پر سائنسی نظریات کو زد کر دیا۔ سائنسی انکشافات اور نظریات کو کفر کے مترادف قرار دیا۔ معاشرہ میں جو غلطی رکھنے کے لیے سائنسدانوں کو ہولناک سزا دی گئیں۔ نوع انسانی کی فلاح و بہبود کے لیے کام کرنے والے سائنس دانوں کو اپنی عزت اور جان و مال کے لالے پڑنے۔ مذہبی علماء نے ہر مثبت تبدیلی کے خلاف گناہ اور عیب کا پرچار کر کے خوف و ہمت کی فضا قائم کر دی۔ عوام الناس پر علماء کے اثر و رسوخ کی وجہ سے حکومتوں نے بھی چرچ کا ساتھ دیا۔ اس جبر و استبداد کے باوجود یورپ میں علم کے بیج کو جہاں بھی ذرا سامع ملادیا اس میں سے کوئی نہیں ہونے لگیں۔ علم کے فروغ سے نئی نئی اشیاء وجود میں آئیں۔ زندگی میں آسانیاں آنے لگیں۔ اب عوام نے کھج کا اتباع کرنا کم کر دیا۔ مذہبی پیشواؤں کو خوش رکھ کر عوام پر ظلم و ستم کا بازار گرم رکھنے والے ظالم بادشاہوں کے خلاف بھی عوام کی نفرت کا تذکرہ سرباز ہونے لگا۔ آخر کار ایک دن ایسا آیا جب مغربی معاشروں میں چرچ اور بادشاہت دونوں ادارے محض تاریخ کی یادگار بن کر رہ گئے۔ سائنسی علوم کی مخالفت میں چرچ نے جو منفی کردار ادا کیا تھا اس کے رد عمل میں مغربی معاشرہ کے عوام نے فرسودہ نظریات کے حامل مذہبی علماء اور پیشواؤں کو مسترد کر دیا۔ اس طرح مغرب میں مذہبی انکساریت سے لاتعلق ایک نئے اور مختلف معاشرہ کی بنیاد پڑی۔ حکومت چلانے کے لیے بادشاہت کے بجائے

جمہوری نظام متعارف کرایا گیا۔ اس معاشرہ کی ایک خاص صفت یہ تھی کہ اس میں مذہب محض نجی معاملہ بن کر رہ گیا تھا۔ حکومت اور اجتماعی معاشرتی معاملات میں اس کا کوئی کردار نہ رکھا گیا۔ یہ مذہب اور سائنس کی کشمکش میں مبتلا مغربی معاشرہ کے ایک پہلو کا انتہائی مختصر تذکرہ ہوا۔ دوسری طرف مشرق میں واقع اسلامی معاشرہ یا مسلمانوں کا معاشرہ تھا۔ یہاں اسلامی تہذیب و تمدن کے زیر سایہ ایک ہزار سال تک علوم کے فروغ کا عمل پوری شدت سے جاری رہنے کے بعد اب علوم کے فروغ کا عمل تعطل اور جمود کا شکار تھا۔ گزشتہ دو ڈھائی سو سالوں میں مسلم معاشرہ نے اپنے علمی ورثہ کو وقت کے تقاضوں کے مطابق ترقی دینے کے بجائے مغرب میں ہونے والی علمی پیش رفت سے بھی بطور ”طالب علم یا محقق“ نہیں بلکہ بطور ”صاف“ استفادہ کیا۔ اس عمل میں بھی مسلم معاشرہ کا ایک طبقہ تہذیب، خصامت اور رد عمل کی کیفیت میں مبتلا رہا۔ یہ فرسودہ روایات پر سختی سے کار بند رہنے والا اور ہر نئی تبدیلی کی مخالفت کرنے والوں کا طبقہ تھا۔

مغربی معاشرہ میں چرچ نے سائنسدانوں کی مخالفت مذہبی فریضہ قرار دے کر کی تو مسلم معاشرہ میں مذہبی دانشوروں کے ایک طبقے نے سائنس کی مخالفت اس لیے کی کہ جدید سائنسی نظریات مغرب سے درآمد شدہ یا غیر مسلموں کے پیش کردہ تھے۔ عیسائی علماء نے نئے علمی نظریات کو گناہ قرار دیا۔ کئی مسلم علماء نے بھی سائنسی نظریات کی مزاحمت کی اور جدید فکر کو گناہ ہی سمجھا۔ مسلم معاشرہ میں بعض مولویوں اور پیروں نے مذہب کو اپنے ذاتی مفادات کی تکمیل کے لیے استعمال کرتے ہوئے عوام الناس کی خاطر رہنمائی کی۔ یہ طبقہ جدید علوم کے مخالف کی حیثیت سے سامنے آیا۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ اسلامی معاشرہ میں بھی مذہب اور سائنس میں دوری اور مخالفت کی فضا بننے لگی۔ مسلمان بیخوشی قوم علوم میں بہت پیچھے رہ گئے۔ حالانکہ اسلام نے تو اپنے آغاز کے ابتدائی سالوں میں ہی انسان کو نظام کائنات میں تحقیق و جستجو کی دعوت دے کر سائنسی علوم کی شاندار اور بے مثال حوصلہ افزائی اور سرپرستی کی۔ جدید دور چونکہ علوم کے فروغ کا دور ہے اس لیے جو قوم علم اور ریسرچ میں پیچھے رہے گی وہ اپنے سے زیادہ اہل علم قوم کی دست نگر ہو جائے گی۔ یہی حال مسلمانوں کا بھی ہوا۔

لیکن یہ تصویر کا صرف ایک رخ ہے!

تصویر کا دوسرا رخ یہ ہے کہ سائنسی ترقی کے اثرات سے بہرہ مند ہونے کے باوجود مغربی معاشرے جو پہلے مذہبی پیشواؤں اور ظالم بادشاہوں کے شکنجوں میں کھنکھاتے ہوئے تھے اب مادی علوم کے زیر اثر فطرت سے متصادم نظام کے شکنجے میں جکڑے ہوئے ہیں۔ انسان اپنے شرف سے اور انسانیت اپنے احترام سے یورپ کے تاریک دور کی طرح آج اس روشن خیال اور علمی لحاظ سے تباہ کن دور میں بھی محروم ہے۔ اس کی وجہ کیا ہے؟ عارف باللہ قلندر بابا اولیاء رحمۃ اللہ علیہ کی تعلیمات اس معاملہ میں ہمیں رہنمائی فراہم کرتی ہیں۔

مادی علوم کے فروغ نے جہاں انسان کو بہت کچھ دیا، وہیں دنیا میں ایک بہت بڑا خلاء بھی پیدا کیا۔ چنانچہ تمام تر ترقی، سہولتوں اور آسائش کے باوجود یہ دنیا آج بھی امن کی جگہ نہیں بن سکی ہے۔ آج بھی دنیا نا انصافی، ظلم، بھوک اور انسانوں کے درمیان جنگ و جدل کا مقام ہے۔ جہاں صرف طاقتور کی بالادستی ہے، طاقتور کی مرضی ہی اصول ہے۔ طاقتور کا حکم قانون ہے۔ ہمیں یہ کہنے میں کوئی جھجک نہیں کہ آج دنیا کے بڑے بڑے دانشور، فلسفی اور سائنسدان

نوع انسانی کے مسائل کی صحیح نشاندہی تو کر دیتے ہیں لیکن ان مسائل کے صحیح حل تجویز کرنے سے قاصر ہیں۔ تاریخ گواہ ہے کہ ان کے پیش کردہ حلوں سے دنیا میں چند اقوام تو خوشحال اور مستحکم ضرور ہو گئیں لیکن نوع انسانی کو مجموعی طور پر وسائل کی منصفانہ تقسیم کا علم نہیں ہوا، نہ ہی اسے تحفظ اور امن و سکون میسر آیا۔

علمی ترقی کے زیر اثر صنعتی انقلاب سے لے کر خلائی تحریک، کمپیوٹر اور سیٹلائٹ کے موجودہ ہوشربا دور تک انسان نے اپنے لیے بے شمار سہولتیں اور آسائشیں حاصل کر لی ہیں۔ قابل غور بات یہ ہے کہ تازہ تر ترقی بے شمار سہولتوں اور آسائشوں کے باوجود انسان باطنی طور پر ناآسودہ اور غیر مطمئن ہے۔ زمین پر بسنے والے انسانوں کے درمیان بنیادی انسانی حقوق کی حفاظت کے لیے مختلف قوانین تو وضع کر لیے گئے ہیں لیکن انسانوں کے مابین باہمی خیر خواہی اور عدل و احسان پر مبنی تعلق قائم نہیں ہوا ہے۔ اس تعلق کی عدم موجودگی میں ہر کمزور اپنے سے طاقتور سے خوفزدہ ہے اور ہر طاقتور کمزور پر حکم چلانا اپنا حق سمجھتا ہے۔ اس روش کے پیچھے یہ سوچ کارفرما ہے کہ زندگی صرف اس دنیا تک محدود ہے، آخرت پر یقین اور ایک روز اللہ کے آگے جوابدہی کا احساس الہامی مذہب کے پیروکاروں میں سے بھی اس طرح اٹھ گیا ہے جس طرح اللہ کو اپنا رب نہ ماننے والوں میں ہے۔ دنیاوی اعمال میں بظاہر اللہ کو ماننے والوں اور اللہ کو نہ ماننے والوں کا ذہن یکساں ہو کر رہ گیا ہے۔ علوم کے فروغ سے انسان میں اللہ کی وحدانیت، عظمت و کبریائی کا احساس شدید ہونا چاہئے۔ جیسے جیسے مظاہر قدرت کے اسرار کھلتے جائیں اللہ کے آگے انسان کی بندگی اور عاجزی میں زیادہ خشوع و خضوع اور شدت پیدا ہونی چاہئے۔ اس کے بجائے علوم کے فروغ کے عمل سے بعض انسان کم ظرف ثابت ہوئے اور ان کے کفر اور سرکشی میں اضافہ ہوا۔ اس طرح یہ ترقی زمین پر بسنے والے انسانوں کے لیے باعث خیر و فلاح ثابت ہونے کے بجائے چند طاقتوروں کے ہاتھوں کمزور اقوام کے شدید استحصال کا ذریعہ بن گئی۔ یہ فروغ علم اور ترقی کے انتہائی ضرر رساں منفی اثرات ہیں۔ گزشتہ دو ڈھائی سو سالوں میں ہونے والی سائنسی دریافتیں اور انتہائی تیز رفتار ترقی نوع انسانی کا عظیم الشان اثاثہ ہیں۔ اس علم اور ان حاصلات کی ہر طرح حفاظت کرنا چاہئے۔ لیکن ساتھ ہی اس ترقی کے منفی اثرات سے نوع انسانی کا تحفظ بھی ضروری ہے۔ اس دنیا میں انسان سمیت ہر ذی نفس کا وجود جسم اور روح پر مشتمل ہے۔ اللہ تعالیٰ نے دیگر تمام مخلوقات کی نسبت انسان کو بہترین صلاحیتیں عطا فرمائی ہیں۔ اسے یہ استعداد دی گئی ہے کہ وہ اپنے وجود کے دونوں اجزاء یعنی مادی جزو اور روحانی جزو کو سمجھ کے مادی تقاضوں اور روحانی تقاضوں سے واقف ہو اور ان کی کماحقہ اعتدال و توازن کے ساتھ تکمیل کر سکے۔ صرف یہی نہیں کہ انسان کے اندر یہ صلاحیت ودیعت کر دی گئی ہے بلکہ اپنی ذات، کائنات اور ذات باری تعالیٰ کی معرفت کے لیے سہل سہوار رہنمائی بھی فرمادی گئی۔ اللہ کی آخری کتاب قرآن پاک میں انسان کی تمام ضروریات اور مظاہر کائنات کے تمام گوشوں کے بارے میں رہنمائی فراہم کر دی گئی، اس کتاب میں مادی تعلیمات بھی موجود ہیں اور روحانی تعلیمات بھی۔

انسانی ذہن جیسے جیسے بلوغت کے مراحل طے کرتا جائے گا اس کے لیے قرآن کے الفاظ میں پہناں معانی اور مطالب کا سمجھنا آسان ہوتا جائے گا۔ سائنسی علوم اور روحانی علوم دونوں کی منزل اللہ تعالیٰ کے ذہن، اللہ تعالیٰ کی منشا اور اللہ تعالیٰ کے ارادے کو سمجھنا اور پہچاننا ہے تاہم روحانی علوم کو مادی علوم پر اس لالچ سے سبقت حاصل ہے کہ تمام طبعی قوانین روحانی قوانین کے تابع ہیں۔ روحانی قوانین کا اور اک روحانی علوم کے ذریعے ہوتا ہے۔ آج نوع

انسانی کو درپیش سنگین اور خوفناک مسائل کا سبب یہ ہے کہ آج کا دانشور صرف مادی علوم کا حامل ہے، اس کا ذہن اور اس کی فکر روحانی علوم سے محروم ہے۔

قلندر بابا اولیاء رحمۃ اللہ علیہ کی تعلیمات علوم کے فروغ اور شاندار ترقی کے ثمرات دنیا کے ہر خطے اور ہر قوم تک پہنچانے، اس ترقی کو فطرت سے تصادم اور انسانیت کے لیے تباہی و بربادی سے بچانے، اسے نوع انسانی کی خیر و فلاح کے لیے استعمال کرنے اور اس کے منفی اثرات سے انسانوں کو بچانے کے لیے مؤثر اور قابل عمل رہنمائی فراہم کرتی ہیں۔ قلندر بابا اولیاء کی تعلیمات کے مطابق ترقی کے منفی اثرات سے بچنے اور اس کے حقیقی فوائد کے حصول کے لیے ضروری ہے کہ اس ترقی کو اللہ کی مرضی کے تابع اور فطرت سے ہم آہنگ کیا جائے۔ نوع انسانی کی بقا کے لیے ناگزیر اس کام کے لیے رہنما اصول وحی کے ذریعہ نازل ہونے والے اللہ کے کلام سے حاصل کیے جائیں۔

دور حاضر کے عارف باللہ، رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی تعلیمات سے فیض یافتہ، فطرت شناس خصوصی بندے حضرت قلندر بابا اولیاء رحمۃ اللہ علیہ کی زیر سرپرستی سلسلہ عظیمیہ کا مشن یہ ہے کہ پیغمبرانہ تعلیمات کے مطابق نوع انسانی کو یہ باور کرایا جائے کہ اس کی بقا اور کامیابی محض توحید کے اقرار اور وحی الہی کی پیروی میں اپنے نظام حیات مرتب کرنے میں ہے۔ قلندر بابا اولیاء کتاب لوح و قلم میں فرماتے ہیں:

”لوگوں نے بزم خود بخشنے طریقے وضع کیے ہیں وہ سب کے سب کسی نہ کسی مرحلہ میں غلط ثابت ہو کر رہ گئے ہیں۔ توحید کے علاوہ آج تک جتنے نظام ہائے حکمت بنائے گئے، وہ تمام یا تو اپنے ماننے والوں کے ساتھ مٹ گئے یا آہستہ آہستہ مٹتے جا رہے ہیں۔ موجودہ دور میں تقریباً تمام پرانے نظام ہائے فکر یا تو فنا ہو چکے ہیں یا رد و بدل کے ساتھ اور نئے ناموں کا لباس پہن کر فنا کے راستے پر سرگرم سفر ہیں۔ اگرچہ ان کے ماننے والے ہزاروں کوششیں کر رہے ہیں کہ تمام نوع انسانی کے لیے روشنی بن سکیں۔ لیکن ان کی ساری کوششیں ناکام ہوتی جا رہی ہیں۔

آج کی نسلیں گزشتہ نسلوں سے کہیں زیادہ پلوس ہیں اور آئندہ نسلیں اور بھی زیادہ پلوس ہونے پر مجبور ہوں گی۔ نتیجہ میں نوع انسانی کو کسی نہ کسی وقت نقطہ توحید کی طرف لوٹنا پڑے گا۔ توحید کے نقطہ کے نوع انسانی کسی ایک مرکز پر کبھی جمع نہیں ہو سکے گی۔ موجودہ دور کے مفکر کو چاہئے کہ وہ وحی کی طرف فکر کو سبھے اور نوع انسانی کی غلط رہنمائی سے دست کش ہو جائے۔ ظاہر ہے کہ مختلف ممالک اور مختلف قوموں کے جسمانی وظیفے جدا گانہ ہیں اور یہ ممکن نہیں ہے کہ تمام نوع انسانی کا جسمانی وظیفہ ایک ہو سکے۔ اب صرف روحانی وظائف باقی رہتے ہیں۔ جن کا حرج توحید اور صرف توحید ہے۔ اگر دنیا کے مفکرین جدوجہد کر کے ان وظائف کی غلط تعبیروں کو درست کر سکے تو وہ اقوام عالم کو وظیفہ روحانی کے ایک ہی دائرہ میں اکٹھا کر سکتے ہیں اور وہ روحانی دائرہ محض قرآن کی پیش کردہ توحید ہے۔ اس معاملہ میں تعصب کو بالائے طاق رکھنا ہی پڑے گا۔ کیوں کہ مستقبل کے خوفناک تصادم، چاہے وہ معاشی ہوں یا نظریاتی، نوع انسانی کو مجبور کر دیں گے کہ وہ بڑی سے بڑی قیمت لگا کر اپنی بقا تلاش کرے اور بقا کے ذرائع قرآنی توحید کے سوا کسی نظام حکمت سے نہیں مل سکتے۔“

اکبر و قار یوسف عظیمی

شان قلندری

تو ہے وارث شہر دو جہاں، ہے ترا مزاج قلندری
تو قلندروں کا امام ہے، تری خاک پاک ہے سکندری
وہ مقربانِ خدا ملے، جہاں دروہ دل کی دوا ملے
میں تو اک مسافر شوق ہوں، تو سراپا عشق محمدی
یہ برہنہ پا، دل مضطرب، ترے آستانے پہ آگے
تو لے پٹیوں کو سنبھال لے، تجھے واسطہ ہے پیبری
برے خواجہ شمس الدین عظیم ہیں، وہی بے کسوں کے کلیم ہیں
یہ نوازشاتِ رحیم ہیں، علی ان کے در کی گداگری
نہیں اک میں، کہ یہ سب کے سب، چلے دل میں لے کے تیری طلب
ترے شوق دید میں تشنہ لب، ہیں وقارِ شیوہ عاشقی
ترے ذکر کی ہیں کراہتیں، ملی مجھ کو ایسی سعادتیں
کہاں میں غلام حقیر سا، کہاں تیری شان قلندری!
جو شہیدِ راہِ فنا ہوا، تیری چاہتوں میں فنا ہوا
وہ ائینِ سر بٹا ہوا، ملی طرزِ فکرِ قلندری
ترا عرشوں میں قیام ہے، تجھے فرشیوں کا سلام ہے
یہ قلندروں کا غلام ہے، جسے آپ کی ہی طلب رہی
نہ کسی میں تابِ مجال ہے، بنا دید جینا مجال ہے
برے لب پہ پھر بھی سوال ہے، ہو عنایتِ رُخِ دلبری
یہ انیس بے بس و مضطرب، یہ شکستہ پا، یہ شکستہ دل
تری خاکِ راہ کو چوم کر، کہیں کھو گیا ہے ابھی ابھی!

(محمد انیس محبازی)

قلندری کا باقی کاغذ

اس وقت دنیا کی آبادی 7 ارب کی حدوں سے باہر
کل چکی ہے، جس میں سے ایک ارب 60 کروڑ سے زائد
آبادی مسلمانوں کی ہے۔ عالمی سطح پر اسلام دنیا کا دوسرا بڑا
مذہب ہے، جبکہ دنیا کا ہر چوتھا فرد مسلمان ہے۔ دنیا کی آبادی
25.4 فیصد حصہ مسلمانوں پر مشتمل ہے۔ آئندہ 20 برس
میں یہ حصہ پینتیس فیصد ہو جائے گا، کیونکہ 2030ء تک
مسلمانوں کی آبادی 2 ارب 20 کروڑ سے تجاوز کر چکی
ہوگی۔ اس

وقت دنیا کے

200 سے زائد ممالک میں سے

57 کے لگ بھگ مسلم ہیں، جبکہ

دنیا کے 55 سے زائد ممالک

میں مسلمان بڑی اقلیت کے

طور پر رہتے ہیں، دنیا کے باقی

ممالک میں مسلمانوں کو کم اقلیت

میں شمار کیا جاتا ہے۔

مسلمانوں کی سب سے زیادہ

52.41 فیصد آبادی افریقہ، 32 فیصد کے

قریب ایشیا، 7.6 فیصد کے قریب یورپ، 2

فیصد سے زائد شمالی امریکا اور 0.43 فیصد

آبادی جنوبی امریکا میں آباد ہے۔ آبادی کے

لحاظ سے دنیا میں سب سے بڑا مسلم ملک انڈو

نیشیا ہے، جہاں 95 فیصد مسلمان ہیں، جبکہ

آبادی کے لحاظ سے دوسرے بڑے مسلم

ملک پاکستان میں 90 فیصد مسلمان رہتے ہیں۔

پیشتر آزاد مسلم ممالک قدرتی وسائل اور معدنی دولت

سے مالا مال ہیں اور دنیا کے کل قدرتی ذخائر کا پچیس فیصد حصہ

مسلمانوں کی دسترس میں ہے۔ تیل جیسی قیمتی دولت کے

70 فیصد ذخائر صرف عرب ممالک کے پاس ہیں۔ وسطی ایشیا

جنوری 2014ء

کی مسلم ریاستیں اگر گیس کی دولت کے وسیع ذخائر رکھتی
ہیں تو جنوبی ایشیا اور افریقہ کے بعض مسلم ممالک زرعی لحاظ
سے اس حد تک زرخیز ہیں کہ بعض زرعی پیداوار کے حوالے
سے انہیں اجارہ داری حاصل ہے۔

قلندری بابا اولیاء فرماتے ہیں:

چلتے رہو رُک کو نہیں!

رُک کو نہیں چلتے رہو!

بابا صاحبؒ کا یہ فرمان ہمیں
معاشرتی، معاشی، اخلاقی، مذہبی اور
روحانی معاملات میں جمود سے بچنے
کی تلقین کر رہا ہے۔
جمیل احمد خان

اگرچہ مسلم ممالک دور جدید کی ضروریات کے لحاظ
سے تمام تر اہم بنیادی انسانی اور قدرتی وسائل میں ناصرف
خود کفیل ہیں بلکہ دنیا بھر کی ضروریات پوری کر رہے ہیں،
لیکن یہ حقیقت نہایت افسوس ناک بلکہ انتہائی شرمناک
ہے کہ مسلمان چاہے جہاں کہیں بھی بستے ہوں ان کے

مجموعی تاثر سے یہی ظاہر ہوتا ہے، ان کے اندر اجتماعی شعور ناپید ہے....

مسلمانوں کا دنیا کی کل آبادی کا 23.4 فیصد ہونا اور قدرتی وسائل کی بیش بہا نعمتوں سے مالا مال ہونا بھی مسلم دنیا کی مجموعی ترقی میں اب تک کارآمد ثابت نہیں ہو سکا ہے، پٹرولیم کی معدنی دولت برآمد کرنے والے چند عرب ممالک کے ماسوا سبھی کسی نہ کسی عتاب کا شکار نظر آتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ دنیا میں موجود تیل کے ذخائر کا تقریباً 79 فیصد، گیس ذخائر کا 49 فیصد اور یورینیم کی کل پیداوار کا 21 فیصد وغیرہ وغیرہ مسلمانوں کے پاس ہونے کے باوجود پوری مسلم دنیا کا قومی شرح نمو (جی ڈی پی) دنیا کے کل جی ڈی پی کا ناسرف پانچ فیصد سے بھی کم ہے بلکہ یہ شرح مسلسل کمی کی طرف مائل ہے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ پوری مسلم دنیا کا مجموعی جی ڈی پی امریکہ کے انفرادی جی ڈی پی سے بھی کم ہے۔

اس مجموعی پسماندگی کی بہت سی وجوہات ہیں، ان میں سے سب سے اہم تو یہ ہے کہ بیشتر آزاد مسلم ریاستوں کے حکمران طبقے نے نہ تو امت مسلمہ کے اجتماعی مفادات کے لیے قدرت کے عطا کردہ ان قیمتی اور بیش بہا وسائل کو بروئے کار لانے کی کوئی منصوبہ بندی کی اور نہ ہی اپنی مسلم ریاستوں کی حد تک ان نعمتوں اور وسائل کے فوائد مسلم عوام کی چلی سٹیک پہنچانے کا کوئی بندوبست کیا ہے۔ بلکہ مسلمانوں کی اجتماعی بھلائی کے لیے قدرت کی جانب سے عطا ہونے والے ان وسائل کو مسلم دنیا کے صاحب اختیار طبقے نے ذاتی اقتدار کے تحفظ، قربا پروری، خاندان کی بھلائی اور ذاتی عیشیوں پر بے دریغ لٹایا ہے۔

بہت سے مسلم ممالک وسیع قدرتی، معدنی اور انسانی وسائل سے مالا مال ہیں، لیکن کسی ایک ملک کا شمار بھی ترقی یافتہ ممالک میں نہیں کیا جاسکتا۔ اس لیے کہ ترقی یافتہ

اور پسماندہ ممالک میں بنیادی فرق سائنسی علوم پر دسترس اور ان سے نابلد ہونا ہے۔ اقوام متحدہ کی ہیومن ڈیولپمنٹ رپورٹ کے مطابق مسلم ممالک میں تعلیم کی صورتوں میں انتہائی افسوسناک ہے، اس لیے کہ تین چوتھائی مسلم ممالک ایسے ہیں جو اپنے بجٹ کا چار فیصد حصہ بھی تعلیم خرچ نہیں کرتے۔

موجودہ عالمی حالات بھی ہمارے سامنے ہیں، اب بات ڈھکی چھپی نہیں رہی کہ غالب اقوام ہمہ گیر انداز میں مغلوب قوموں کے ارگرد اپنے اقتصادی استحصال حصار تنگ کرتی جا رہی ہیں۔ کمزور اقوام اپنی چھوٹی چھوٹی ضروریات کے لیے بھی طاقتور اقوام کی دست نگر ہو چکی ہیں، یہاں تک کہ اپنے تمام حقوق طاقتور اقوام کے پاس گروی رکھنے پر مجبور ہیں۔

آج ترقی، طاقت اور قوت کا حصول سائنس اور ٹیکنالوجی پر دسترس حاصل کیے بغیر ممکن نہیں اور استحصالی اور استحصالی طاقتوں کی فرعونیت کے سامنے امت مسلمہ کی مظلومیت کی نہایت اہم وجہ علم کے میدان میں بالخصوص سائنس و ٹیکنالوجی کے میدان میں مسلمانوں کی پسماندگی ہے۔ یہ صورت حال انتہائی افسوس ناک ہے کہ تمام مسلمان ممالک صنعت و حرفت کے کسی شعبہ میں کسی ایک ترقی یافتہ مغربی قوم کا مقابلہ نہیں کر سکتے۔ مسلمانوں کا المیہ یہ ہے کہ انہوں نے موجودہ دور کی ”طاقت اور قوت“ کے حصول کے ذرائع یعنی سائنس اور ٹیکنالوجی کی تعلیم و تربیت دینے والے معیاری اداروں کے قیام پر کما حقہ توجہ ہی نہیں دی، اس کا ثبوت یہ ہے کہ آج 157 اسلامی ممالک میں مجموعی طور پر پانچ سو یونیورسٹیاں ہیں، جن میں سے ایک بھی یونیورسٹی یا ادارہ ایسا نہیں جسے آکسفورڈ، کمبریج، ہارورڈ اور دیگر عالمی نامور اداروں کے برابر سمجھا جاسکے۔ دوسری جانب وہ اقوام جنہوں نے سائنس اور

ٹیکنالوجی کی اہمیت کو تسلیم کرتے ہوئے اُس کے حصول کے لیے جدوجہد کی، وہاں صورت حال بالکل مختلف ہے، مثلاً صرف امریکہ میں پانچ ہزار اساتذہ سائنس دان، بھارت میں آٹھ ہزار چار سو سات جبکہ جاپان میں ایک ہزار سے زائد سائنس دان ہیں۔

ترقی یافتہ ممالک اپنی مجموعی گھریلو پیداوار کا پانچ فیصد سائنس، ترقی اور وسائل کی بہتری پر خرچ کرتے ہیں جبکہ مسلم ممالک ایک اندازے کے مطابق محض صفر اعشاریہ دو فیصد تک اس ضمن میں بروئے کار لاتے ہیں۔ یہاں تک کہ چند ترقی پذیر ممالک بھی جن میں ارجنٹائن، برازیل، بھارت، بھارت، میکسیکو اور جنوبی کوریا شامل ہیں، اس مد میں صفر اعشاریہ پانچ فیصد تک خرچ کرتے ہیں۔

57 مسلم ممالک کی مجموعی آبادی کا 25 فیصدی حصہ پاکستان اور بنگلہ دیش میں مقیم ہے اور ان دونوں ممالک میں تقریباً بیس کروڑ ان پڑھ خواتین اور مرد رہتے ہیں، جبکہ یہاں خواتین کی شرح ناخواندگی 65 سے 68 فیصد تک ہے۔ ناخواندگی اور شعوری استعداد میں کمی کے نتائج بھی ہمارے سامنے ہیں جس کی ایک مثال تو یہ ہے کہ مسلم دنیا میں تفرقہ اور انتشار کی بنا پر ہلاکتوں کی تعداد دیگر ممالک سے کہیں زیادہ ہے۔ مسلمانوں نے براہ راست غیر مسلموں کے ہاتھوں جس قدر نقصان اٹھایا ہے، اُس سے کہیں زیادہ نقصان ایک اندازے کے مطابق خود ایک دوسرے کے ہاتھوں پہنچایا ہے۔

آج مسلمانوں کی اکثریت فکری مغالطوں، مضمضوں اور تذبذب کا شکار محسوس ہوتی ہے۔ اس کی ایک وجہ یہ بھی ہو سکتی ہے کہ ان میں سے بیشتر کا خیال ہے یا پھر انہیں اٹھارویں صدی عیسوی کے اواخر اور بیسویں صدی کی ابتدا میں پھر پور طریقے سے یہ یاد کرانے کی کوششیں کی گئی تھیں کہ اگر وہ دنیاوی زندگی میں ترقی کے لیے

جدوجہد کرتے ہیں، علوم و فنون، صنعت و حرفت، تجارت و اقتصادیات یا زندگی کے کسی بھی شعبے میں قدرت کی عطا کردہ صلاحیتوں کو استعمال کر کے انسانی فلاح کا راستہ تلاش کرتے ہیں تو.... یہ محض دنیا ہے! اور اگر وہ دین کے دائرے میں آنا چاہتے ہیں تو پھر انہیں دنیاوی زندگی کی ترقی سے محروم ہونا پڑے گا، چنانچہ آج بھی اگر مسلم معاشروں کا کوئی فرد مذہب سے قریب ہوتا جاتا ہے تو پھر دنیاوی معاملات سے کسی حد تک لائق ہو جاتا ہے یا پھر ان معاملات سے اُس کی دلچسپی کم یا ختم ہو جاتی ہے۔

ہم سمجھتے ہیں کہ یہ سوچ سراسر غلط فہمی اور کم علمی کا نتیجہ ہے اور شاید ایسا ہی بناؤ پر آج بہت سے مسلمان دنیا میں پسماندہ اور محروم ہیں....

صحابی رسول کعب بن عجرہؓ بیان کرتے ہیں کہ پیغمبر اسلام حضرت محمد رسول اللہ ﷺ صحابہ کرامؓ کی محفل میں تشریف فرماتے۔ ایک آدمی وہاں سے گزرا جو رزق کے حصول میں بہت متحرک تھا، اُس کی پوری دلچسپی اس حوالے سے قائم تھی۔ کسی صحابی نے رسول اللہ ﷺ سے عرض کی... یا رسول اللہ ﷺ! اگر اس آدمی کی یہ دوڑ دھوپ اور دلچسپی اللہ کی راہ میں ہوتی تو کتنا اچھا ہوتا۔ حضور پاک ﷺ نے ارشاد فرمایا:

اگر وہ اپنے چھوٹے بچوں کی پرورش کے لیے دوڑ دھوپ کر رہا ہے تو یہ اللہ کی راہ میں شہاد ہوگی، اگر وہ بوڑھے والدین کی پرورش کے لیے کوشش کر رہا ہے تو یہ بھی فی سبیل اللہ ہی شہاد ہوگی اور اگر اپنی ذات کے لیے کوشش کر رہا ہے کہ لوگوں کے سامنے ہاتھ پھیلائے سے بچا رہے تو یہ کوشش بھی فی سبیل اللہ ہی شہاد ہوگی....

البتہ اگر اس کی یہ محنت زیادہ مال و دولت حاصل کر کے لوگوں پر برتری جتانے اور لوگوں میں دکھاوا کرنے کے لیے ہے تو پھر یہ ساری محنت شیطان کی راہ میں شہاد



حواص کا فریب

ریل گاڑی میں سفر کرتے ہوئے کبھی کبھی نظریں ایسا دھوکہ کھا جاتی ہیں کہ یہ محسوس ہوتا ہے، شاید گاڑی نہیں بلکہ زمین بھاگ رہی ہے۔

کھلی چھت پر لیٹے آسمان پر چلتے بادلوں کو دیکھنے سے یہ احساس ہوتا ہے کہ بادل نہیں چل رہے بلکہ ہم ہوا میں تیر رہے ہیں۔

چاند کی چودھویں رات میں لائٹ ڈرائیو پر جاتے ہوئے چلتی گاڑی سے آپ چاند کو دیکھتے ہیں تو لگتا ہے کہ چاند گاڑی کے ساتھ دوڑ رہا ہے۔ اسی طرح کبھی کبھی آسمان پر چلتے بادلوں میں چاند کو دیکھیں تو لگتا ہے بادل فضا میں نہیں تیر رہے شاید چاند تیزی سے سفر کر رہا ہے۔

کبھی کبھی نیم تاریک راستوں میں سڑک کے کنارے لگے درخت، دیو قامت انسان دکھائی دیتے ہیں۔ اسی طرح تیز رفتار گاڑی میں سفر کرتے ہوئے ساتھ چلتی گاڑی کے پیروں پر نظر ڈالیں تو وہ پیسے آپ کو اُلٹے گھومتے نظر آئیں گے۔ یہی کچھ تیز چلتے پتکے کی پگھڑیوں کو دیکھ کر بھی محسوس ہوتا ہے۔

ان سطور کا مطالعہ کرتے ہوئے نیچے دیے گئے دائرے آپ کو حرکت کرتے نظر آئیں گے.... یہ کوئی شہیدہ بازی نہیں بلکہ حواس کا فریب ہے۔

روانی ختم ہو جائے یعنی اس میں بیٹے کا عمل رک جائے تو پھر وہ جو ہز میں تبدیل ہو جائے گا، جس میں جلد یا بدرد نقض اور سزا پھیلنے لگے گی۔

آج ترقی یافتہ اقوام کی صف میں ہمارا کوئی مقام نہ ہونے کی وجہ غیروں کی سازشوں سے کہیں زیادہ اہم، جدید علوم سے متعلق ہمارا تذبذب اور شک کا وہ بیج تھا جو ابتداء سے ہمارے ذہنوں میں بودیا گیا تھا۔

امت مسلمہ کے ہر فرد کے لیے تو رسول پاک ﷺ کا یہ فرمان مشعل راہ ہونا چاہیے کہ.... اگر قیامت برپا ہو جائے اور تمہارے پاس کوئی پودا ہو تو تمہیں چاہئے کہ اُسے زمین میں لگا دو۔ (مسند احمد)

اس ہدایت نبوی ﷺ میں ایسے حالات کے دوران درخت کی قلم لگانا مطلوب ہے کہ جب کچھ لمحے بعد سب کچھ ختم ہو جائے یا یقین ہو.... اُس قیامت کی گھڑی میں ایسا بے مثال سکون اور گہری یکسوئی بھی درکار ہے کہ تباہی کے عالم میں، ایسی تباہی کہ اس کے بعد سب کچھ ختم ہو جانے والا ہو، درخت کی قلم زمین میں لگائی جاسکے۔ یہاں درخت کی قلم کی مثال تمثیلی ہے، اور مقصود یہ ہے کہ آپ جس تعمیرِ سرگرمی میں مصروف ہیں، اُس کا رخیر کو ہر حال میں جاری رکھیں۔

یہ دونوں صفات یعنی اول تعمیرِ عمل، جسے رسول اللہ ﷺ نے درخت کی قلم لگانے کی تمثیل سے بیان فرمایا ہے اور دوم سکون و یکسوئی کو ہم امت مسلمہ کے افراد میں تلاش کرتے ہیں تو ہمیں یہ دونوں خاصیتیں اولیاء اللہ ہی میں یکجا ملتی ہیں۔

رسول اللہ ﷺ کے روحانی وارثین اولیاء اللہ ہی تو ہیں، جن کے دم سے اسلام کی دعوت کو شاندار فروغ ملا۔ اس لیے کہ ان کی سوچ اور طرز فکر اللہ کے ساتھ

ہوگی۔ (طبرانی) حضرت ابن عمرؓ کا بیان ہے کہ رسول پاک ﷺ نے فرمایا:

بے شک اللہ تعالیٰ ہر مند مومن کو پسند کرتے ہیں۔ (طبرانی)

حضرت عائشہؓ بیان کرتی ہیں کہ رسول پاک ﷺ کا ایک ارشاد یہ ہے کہ:

جب تم میں سے کوئی فرد اپنا کام مکمل مہارت اور پورے یقین کے ساتھ کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ ایسے فرد سے محبت کرتے ہیں۔ (بخاری۔ طبرانی)

رسول اللہ ﷺ کے فرمودات کا مفہوم یہ ہے کہ آدمی دنیا میں کوئی بھی تعمیری کام سرانجام دے، کاروبار کرے، صنعت و حرفت میں آگے بڑھے، علوم و فنون میں نئی اختراعات کرے، غرض بندہ زندگی کے کسی بھی شعبے میں اپنا مثبت کردار ادا کر رہا ہو اور ساتھ ساتھ اُس کا ذہنی ربط اپنے خالق حقیقی اللہ کے ساتھ قائم ہو.... اُس کی کوشش اور جدوجہد اللہ کی رضا کے لیے ہو تو یہ سب کا سب دین اور اسلام ہے....

سورہ بقرہ کی 208 ویں آیت ”اے ایمان والو! اسلام میں پورے کے پورے داخل ہو جاؤ“ سے مراد بھی یہی ہے۔ سوال یہ ہے کہ دین کی یہ وسیع النظیر تقسیم مسلمانوں میں کیونکر عام ہو سکی؟....

ہمارے خیال میں اس کی ایک وجہ یہ بھی ہو سکتی ہے کہ قرآن و سنت کی جو تشریحات ایک ہزار سال قبل کی گئی تھیں، ان انسانی تشریحات کو الہامی کلمات کے مساوی درجہ دے دیا گیا اور انہیں حرفِ آخر سمجھ کر ان میں ترمیم یا ان سے انحراف کو قرآن و سنت سے انحراف خیال کیا جاتا لگا۔

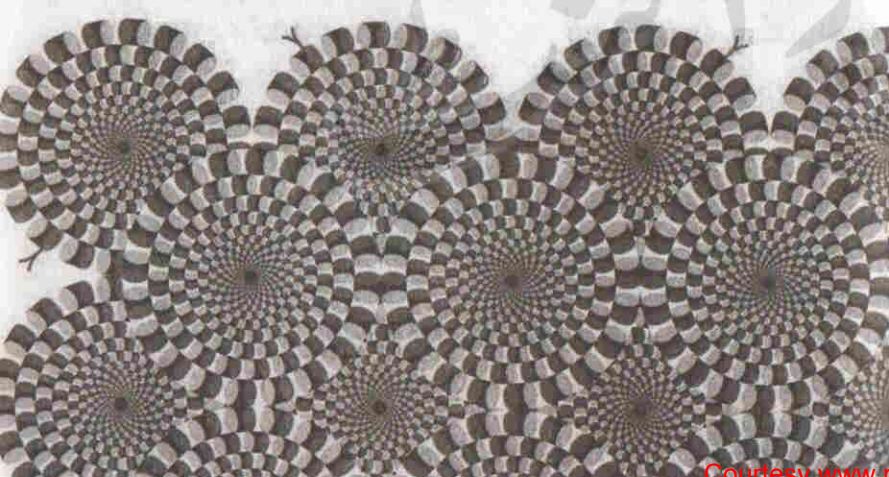
دریا اپنی روانی سے ہی دریا کہلاتا ہے.... اگر اُس کی

تقریباً صفحہ 230 پر مطالعہ کیجئے

روحانی ذخیرہ

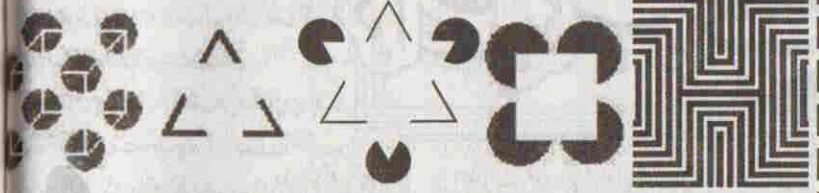
حضرت قنذر بابا اولیاءؒ کی تعلیمات ہمیں راستہ دکھاتی ہیں کہ علم کے بغیر تمام احساسات نفی کا درجہ رکھتے ہیں۔ اگر کسی چیز کا ہم علم نہیں رکھتے تو ہمارے لیے اس چیز کا دیکھنا، سننا اور جاننا بھی ممکن نہیں ہو گا.... حقائق کا علم چونکہ وحی و الہام کی طرزوں سے ہی حاصل ہو سکتا ہے، چنانچہ اس علم کی رہنمائی کے بغیر ظاہری حواس کے ذریعہ حاصل ہونے والی اطلاعات پر بھروسہ درست نہیں ہو گا....

بومیس



آپ کیا دیکھ رہے ہیں... آئیے ایک تجربہ کریں گے

نیچے پانچ تصویریں دی گئی ہیں۔ ان میں پہلی دوسری اور تیسری تصویر میں آپ کو ایک کیوب نظر آ رہا ہوگا، جبکہ چوتھی اور پانچویں تصویر میں سیاہ ٹرائی اینگل کے ساتھ آپ سفید ٹرائی اینگل کو بھی دیکھ سکتے ہیں۔



آپ نے بالکل صحیح سمجھا، لیکن یہ سفید تصویریں ہم نے نہیں بنائی ہیں بلکہ یہ ہماری نگاہ کا دھوکہ ہے۔ آپ دیکھ سکتے ہیں کہ دوسری تصویر میں جو دائرے دیئے گئے ہیں، صرف ان دائروں کو مخصوص شکل میں کاٹ دیا گیا ہے۔ لیکن جب ہم دیکھتے ہیں تو ہمیں ایک مکمل کیوب کی شکل نظر آتی ہے۔ اسی طرح تیسری تصویر میں سفید ٹرائی اینگل وہ اطلاع ہے جو ہماری نگاہ ہمیں دے رہی ہے۔ چوتھی تصویر اس کی بہت واضح مثال ہے کہ دائروں کو اس طرح کاٹا گیا ہے کہ وہ ایک چوکور خانے کی طرح بن گئے ہیں، لیکن ہم ایک غیر موجود اس مربع Square کو دیکھ رہے ہیں۔

ہمارے دماغ کی ایک صلاحیت یہ بھی ہے کہ وہ خالی جگہ (ایسی جگہ جہاں کچھ نہیں ہے) کو اپنے حساب سے بھرنے کی کوشش کرتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ ہمیں ان تصاویر میں سفید رنگ کی مکمل تصاویر نظر آ رہی ہیں۔ کیونکہ جہاں جہاں ذہن کو خالی جگہ ملی وہاں وہاں ذہن نے خالی جگہ کو بھر دیا اور ہمیں مکمل تصویر نظر آنے لگی۔

مولانا رومؒ نے مثنوی میں ایک قصہ بیان کیا ہے۔

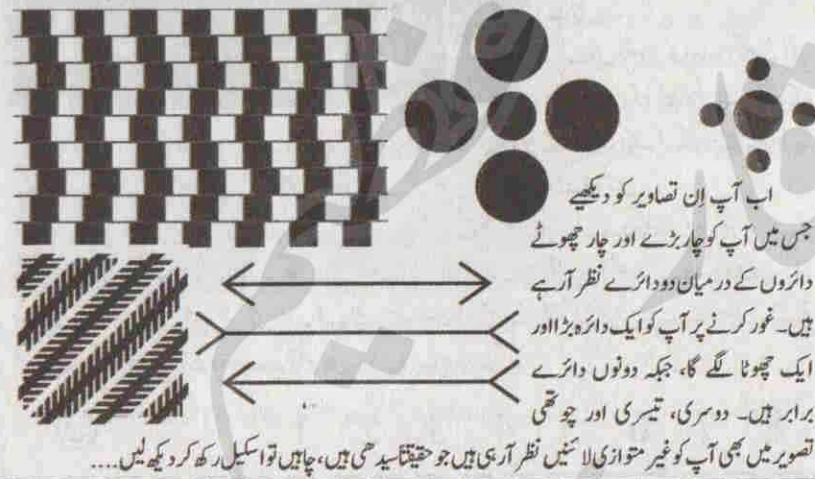
ایک مرتبہ حضرت عمرؓ کے دورِ خلافت میں رمضان المبارک کا چاند دیکھنے کے لیے لوگ ایک پہاڑی پر چڑھے۔ حضرت عمرؓ بھی ہمراہ تھے۔

ایک شخص نے کہا ایمر المؤمنینؓ دیکھیے ہلال...! حضرت عمرؓ کی نگاہ تیز اور صاف تھی۔ خوب غور سے دیکھا لیکن آسمان پر ہلال کا وجود نہ تھا۔ آپؓ سمجھ گئے کہ اس شخص کی آنکھ میں کچھ پڑ گیا ہے، چنانچہ فرمایا... آنکھوں کو ذرا اچھی طرح دھو کر آؤ اور پھر دیکھو۔

اس شخص نے اسی طرح کیا اور آسمان پر دیکھا تو وہاں کچھ بھی نہ تھا۔

قلندر بابا اولیاءؒ اپنی کتاب لوح و قلم میں فرماتے ہیں کہ ”ہم روشنی کے ذریعے دیکھتے یا سنتے، سمجھتے اور چھوتے ہیں۔ روشنی ہمیں حواس دہتی ہے۔ جن حواس کے ذریعے ہمیں کسی شے کا علم ہوتا ہے وہ روشنی کے دیے ہوئے ہیں۔ اگر روشنی درمیان سے حذف کر دی جائے تو ہمارے حواس بھی حذف ہو جائیں گے۔ اس وقت نہ تو خود ہم اپنے مشاہدہ میں باقی رہیں گے اور نہ کوئی دوسری شے ہمارے مشاہدے میں باقی رہے گی۔

مثال: اگر کوئی مصوّر سفید کاغذ پر رنگ بھر کے درمیان میں ایک کبوتر کی جگہ خالی چھوڑ دے۔ پھر وہ کاغذ دکھا کے کسی شخص سے پوچھا جائے تو ہمیں کیا نظر آتا ہے تو وہ کہے گا، میں ایک سفید کبوتر کو دیکھ رہا ہوں۔“ (لوح و قلم: صفحہ 197)



اب آپ ان تصاویر کو دیکھیے جس میں آپ کو چار بڑے اور چار چھوٹے دائروں کے درمیان دو دائرے نظر آ رہے ہیں۔ غور کرنے پر آپ کو ایک دائرہ بڑا اور ایک چھوٹا لگے گا، جبکہ دونوں دائرے برابر ہیں۔ دوسری، تیسری اور چوتھی تصویر میں بھی آپ کو غیر متوازی لائیں نظر آ رہی ہیں جو حقیقتاً سیدھی ہیں، چاہیں تو اسکیل رکھ کر دیکھ لیں...

آگے پیچھے جمول رہی تھی۔

ظاہری حواس کی کارکردگی پر ایک نظر ڈالتے ہیں... ہم جس دنیا میں رہتے ہیں وہاں چیزوں کو محسوس کرنے کے لیے ہم اپنے حواسِ خمسہ کو استعمال کرتے ہیں۔ دیکھنے کا فریضہ آنکھیں انجام دیتی ہیں، سنتے کا کام کان، سونگھنے کی ذمہ داری ناک کی ہے، زبان بچکنے اور جلد محسوس کرنے سے منسوب ہے۔ ہمارے لیے اگر دنیا کا وجود ہے تو ان پانچوں حواس کی بدولت... حسِ بصارت، لامرہ، شامہ، ذائقہ اور سامعہ ہی آدمی کی پوری زندگی پر محیط نظر آتے ہیں۔ بچپن سے لے کر بڑھاپے تک احساسِ آپ کے جسم میں جتنے سے پہلے ان حواس کے واسطے سے گزرتا ہے لیکن کیا ماڈی اشیاہ کو ہمارے حواسِ ماڈی صورت میں محسوس کرتے ہیں...؟

یعنی اس کے اندر چھپے خوف نے اس کی عقل کی غلط رہنمائی کی اور اس نے یہ خیال کیا کہ شاید یہ پھنکارتا ہوا سانپ ہے حالانکہ وہ محض ایک رسی تھی۔ ایسی بے شمار مثالیں پیش کی جاسکتی ہیں جن سے ثابت ہوتا ہے کہ ہمارے ظاہری حواسِ خمسہ فکشن ہیں اور وہ سمجھنے میں کس طرح غلطیاں کرتے ہیں۔ عام طور پر اس بات کو نظر انداز کر دیا جاتا ہے کہ دیکھنا Sighting سمجھنے Understanding کے بعد آتا ہے۔ یعنی پہلے سمجھ ہے پھر مشاہدہ ہے۔ اگر سمجھنے میں غلطی کی جارہی ہے تو مشاہدہ بھی غلط ثابت ہو سکتا ہے۔ اس گفتگو کو آگے بڑھانے سے قبل ہم جدید سائنس کی روشنی میں اپنے

حضرت عمرؓ فرماتے ہیں... جب ایک ہال سے ظاہری بینائی میں فرق پڑ سکتا ہے تو بتاؤ کہ اگر چشمِ بصیرت میں خس و خاشاک پڑ جائیں تو کیا نظر آئے گا۔ شیخ سعدیؒ کی ایک حکایت اس کتنے کی وضاحت یوں کرتی ہے....

رات کے کسی پہر میں ایک شخص کی آنکھ کھل گئی نیم تاریک ماحول میں اس نے دیکھا کہ کوئی چیز چھت اور اس کے بستے کے درمیان لہرا رہی ہے۔ اسے خیال آیا کہ یہ کوئی سانپ ہے، جو اس پر حملہ کرنے کے لیے پھنکارتا رہا ہے۔ وہ وہیں دم سادھ کر لیٹ گیا اور صبح تک اسی حالت میں پڑا رہا۔ سورج کی روشنی پھیلی تو اس نے دیکھا کہ نئے وہ سانپ سمجھ رہا تھا وہ تو محض ایک رستی تھی جو ہوا سے

اس تصویر میں آپ کو سفید رنگ کے چھوٹے اور کالے رنگ کے دائرے نظر آ رہے ہیں۔ اب آپ ذرا غور سے اس تصویر کو دیکھیں۔ کیا آپ اس تصویر میں سفید اور کالے خانے گن سکتے ہیں....؟ کیا آپ یہ کہہ رہے ہیں کہ یہ دائرے تو حرکت کر رہے ہیں۔

اب اس تصویر کو دوبارہ دیکھیے۔ اس مرتبہ اس تصویر کو دیکھنے کا طریقہ یہ ہے کہ ایک ایک سفید دائرہ پر نگاہ کو جما کر غور سے دیکھیے۔ پھر تمام دائروں کو اس ہی طرح سے ایک ایک کر کے دیکھیے۔ کیا آپ کو کوئی کالا دائرہ نظر آیا....؟ نہیں!.... اس کا مطلب یہ ہے کہ تصویر میں کالا دائرہ ہے ہی نہیں....

اب آئیے اپنی بائیں آنکھ بند کر کے، دائیں آنکھ سے نیچے دیے گئے نمبر ایک ایک کر کے دیکھیے.... ہر نمبر پر آپ کو دائیں جانب دی ہوئی شبیہ نظر آ رہی ہے سوائے ایک نمبر کے.... اگر آپ نے یہ صفحہ اپنی آنکھوں کے 6 انچ فاصلے پر رکھا ہو ہے تو یہ 1 نمبر دیکھنے پر شبیہ نظر نہیں آئی۔ آپ جیسے جیسے فاصلہ بڑھائیں گے مثلاً اگر صفحہ ایک فٹ کے فاصلے پر ہے تو نمبر 5 پر اور اگر ڈیڑھ فٹ کا فاصلہ ہے تو نمبر 8 پر یہ شبیہ غائب ہو جائے گی۔

8 7 6 5 4 3 2 1



ذریعہ دماغ کے اس حصہ میں منتقل ہو جاتے ہیں، جہاں ثانی الحقیقت دیکھنے کا عمل انجام پاتا ہے۔ یاد رہے کہ دماغ کے اس حصہ میں روشنی کا گزر بھی ممکن نہیں۔

جی ہاں! قارئین کرام ہمارے دماغ کے جس حصے میں دیکھنے کا عمل وقوع پذیر ہوتا ہے، اس جگہ ماڈی دنیا کی کسی قسم کی روشنی کا گزر ممکن نہیں.... وہاں گھپ اندھیرا ہے اور ہم اسی اندھیرے میں دیکھنے کے قابل ہوتے ہیں۔ جب ہم کہتے ہیں کہ ہم دیکھ رہے ہیں، تو ہم دراصل اپنے دماغ میں برقی سگنلز کے مجموعی تاثر کو دیکھ رہے ہوتے ہیں۔ چنانچہ دیکھنے کا عمل آنکھ میں نہیں ہوتا بلکہ آنکھ تو دیکھنے کے عمل میں صرف ایک حصہ دار ہے۔

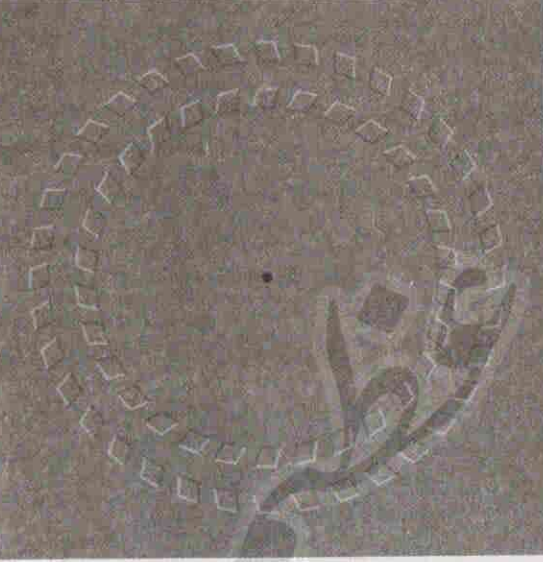
جدید سائنس اس کی تردید کرتی ہے اور بتاتی ہے کہ ظاہری حواس چیزوں کو برقی اشاروں میں تبدیل کر کے قابل فہم بناتے ہیں۔ اب دیکھنے کی حس کو بھی لے لیں۔

اگر آپ سے سوال کیا جائے کہ ”آپ کیسے دیکھتے ہیں؟“ تو آپ کہیں گے کہ ”ہم اپنی آنکھوں سے دیکھتے ہیں!“ لیکن جب ہم دیکھنے کے عمل کا تکنیکی گہرائی سے جائزہ لیں تو اندازہ ہوتا ہے کہ معاملہ یہ نہیں ہے.... ہر چیز جو دیکھی جا رہی ہے اس سے روشنی کی لہریں نکل کر ہماری آنکھوں تک پہنچتی ہیں اور آنکھوں کے لینس میں سے گزر کر رینٹلیک ہوتی ہیں، ریٹینا سے ٹکرائیں یہ روشنی برقی سگنلز میں تبدیل ہو جاتی ہے اور برقی سگنلز یوران کے

آپ اس تصویر کے درمیان میں موجود نقطہ کو غور سے دیکھیں اور صفحہ کو اپنی آنکھوں سے قریب اور دور کریں۔ کیا آپ کو ارد گرد کے دائرے حرکت کرتے ہوئے نظر آ رہے ہیں....؟

لیکن ایسا کیوں ہو رہا ہے تو ہو سکتا ہے یا ٹی وی پر کہ اشیاء حرکت کر رہی ہوں لیکن کاغذ پر ایسا کیسے ہو سکتا ہے؟.... جی ہاں!.... اس تصویر میں حرکت ہمارے ذہن کی پیداوار ہے۔ اس کو آپ نظر کا دھوکہ کہیں، نگاہ بندی کہیں، سر اب کہیں

یا اور کچھ کہیں، لیکن آپ اس بات سے انکار نہیں کر سکتے کہ ہماری نگاہ ایک ایسی چیز دیکھ رہی ہے جو وہاں نہ ہے اور نہ کبھی تھی۔ ہم نے اب تک جو تجربات کیے ہیں وہ ہمیں اس بات کا سراغ دیتے ہیں کہ ہمارا دماغ آنکھ کی اطلاعات کو تا صرف سمجھتا ہے بلکہ ان میں اختراعات بھی کرتا ہے۔ یعنی دماغ اپنی مرضی سے منظر میں اطلاعات کا اضافہ، کمی یا تبدیلی کر دیتا ہے جو ہمیں وہ منظر دکھاتی ہے جو منظر موجود ہی نہیں ہے۔



لس، ذائقہ اور بوسب دماغ کے برقی سگنلز کا کھیل ہے۔ سو گھننے کے احساس کا عمل کا جائزہ لیا جائے تو پتہ چلتا ہے کہ کسی پھول سے خارج ہونے والے مالیکیولز جب ناک میں موجود نرم بالوں میں چھپے ریسپیسٹرز تک پہنچتے ہیں تو یہ ریسپیسٹرز انہیں برقی سگنلز میں تبدیل کر کے دماغ تک اس جگہ پہنچاتا ہے۔ جہاں بو کا احساس ہوتا ہے.... آپ کوئی پھول سو گھننے ہیں یاغذا، اس کے مالیکیولز بذات خود دماغ تک نہیں پہنچتے، وہ محض برقی سگنلز ہوتے ہیں۔

اگر کسی طرح دماغ گلاب کی خوشبو کو بدبو قرار دیدے تو آدمی کو گلاب سے خوشبو نہیں بلکہ بدبو کا سمجھکا محسوس ہوگا۔ مزمن نزلے کے بعض مریضوں کی ناک کے ریسپیسٹرز مسلسل رگڑ سے بند ہو جاتے ہیں تو خوشبو کا

حساس مٹ جاتا ہے۔ اب ان کے سامنے پرفیوم کی بوتل بھی الٹ دی جائے مگر چونکہ اطلاع دماغ تک پہنچ ہی نہیں پاتی اس لیے وہ اسے محسوس نہیں کر سکتا۔

چھوٹے کی حس کے ساتھ بھی ایسا ہی معاملہ ہے۔ جب ہم کسی شے کو چھوتے ہیں تو بیرونی دنیا اور اس شے کے بارے میں معلومات جلد پر موجود جسمی اعصاب Sense Nerves کے ذریعے دماغ کو منتقل ہو جاتی ہے۔ عام خیال کے برعکس چھوٹے کا احساس ہماری انگلیوں کی پوروں یا جلد پر نہیں ہوتا بلکہ دماغ میں واقع مرکز لامسہ میں ہوتا ہے۔ اس شے کی سختی، نرمی، گرمی، یا ٹھنڈک کا ادراک بھی حواس نہیں بلکہ دماغ کرتا ہے۔ اگر دماغ کسی ”وجہ“ سے غلط اطلاع فراہم کرے تو آدمی کتاب کو میز یا میز کو درخت کہہ سکتا ہے۔

قوتِ سماعت بھی دیکھنے کے عمل کی طرح کام کرتی ہے۔ بیرونی کان آواز کی لہروں (Waves) اور میکل (Auricle) کے ذریعے وصول کرتا ہے اور وسطی کان تک پہنچاتا ہے۔ وسطی کان صوتی ارتعاشات Vibrations کو اندرونی کان میں منتقل کر دیتا ہے۔ اندرونی کان دماغ کے لئے قابلِ فہم بنانے کی خاطر ان ارتعاشات کو برقی سگنلز میں تبدیل کر کے دماغ تک پہنچاتا ہے۔ سماعت کی غلط اطلاع وصول کرنے کی ایک مثال کھلے پتلی کا تماشہ دکھانے والے بازیگر Ventriloquist ہیں جو بنا ہونٹ ہلانے آواز نکالتے ہیں اور یہ جانتے ہوئے بھی لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ آواز اس کھلے پتلی Puppet سے آرہی ہے۔ یہ غلطی دراصل دماغ کی ہے۔ دماغ اس اطلاع کو صحیح وصول نہیں کرتا ہے۔

اسی طرح زبان کے سامنے والے حصے جس پر چار اقسام کے کیمیکل ریسیپٹرز ہوتے ہیں ان چاروں سے چار قسم کے ذائقوں (ٹھیکین، بیٹھا، کھٹا، کڑوا) کا احساس ہوتا

ہے۔ یہ ریسیپٹرز بھی ذائقہ کے احساس کو برقی اشاروں کی صورت میں دماغ کی طرف منتقل کر دیتے ہیں، اگر کسی وجہ سے یہ حس غلط رہنمائی کر دے تو ہمیں چاکلیٹ کا ذائقہ لیموں یا لیموں کا ذائقہ کافی کی مانند محسوس ہوگا۔ یہ غلطی بھی دماغ اسے سمجھنے Understanding میں کرتا ہے۔ چنانچہ بصارت، سماعت، بو، ذائقہ اور لمس کے تمام ادراک جو ہمیں حاصل ہوتے ہیں۔ ہمارے ذہن سے انجام پاتے ہیں صرف آنکھ، کان، ناک، زبان و جلد سے نہیں.... عام طور پر جو خیال کیا جاتا ہے کہ انسان کے پانچ حواس ہیں جن سے وہ ادراک کرتا ہے۔ لیکن حسی اعضاء کے گہرائی سے جائزہ لینے کے بعد یہی کہا جاسکتا ہے کہ انسان اپنے ذہن سے ادراک کرتا ہے۔

آز لینڈ سے تعلق رکھنے والے معروف سائنسی دانشور جانر برکے (1753ء-1685ء) نے اس بارے میں بہت فکر سامنا کرنا ہی کی تھی، انہوں نے کہا تھا کہ: ”ابتداء میں یہ سمجھا جاتا تھا کہ رنگ، بو وغیرہ واقعتاً موجود ہیں لیکن بعد میں ان نقطہ ہائے نظر کو چھوڑ دیا گیا اور دیکھا گیا کہ ان کا وجود ہمارے ادراک پر منحصر ہے۔“ بیسویں صدی کے معروف مغربی فلسفی اور سائنسی دانشور برٹریڈر سل (1872ء) اس حوالے سے نہایت فکر انگیز نکتہ بیان کرتے ہیں

”حس لامسہ کے معاملے میں جب ہم میز کو اپنی انگلیوں سے دباتے ہیں تو ہماری انگلیوں کے پروٹونز اور الیکٹرونز پر برقی بے ترتیبی پیدا ہوتی ہے، جو جدید طبیعیات کے مطابق میز کے الیکٹرونز اور پروٹونز کی قربت کی وجہ سے ہوتی ہے۔ اگر ہماری انگلیوں میں یہی بے ترتیبی کسی اور وجہ سے ہو تو ہمیں تب بھی یہی احساس ہوگا خواہ میز کا کوئی وجود ہی نہ ہو۔“

ان تمام معروضات سے یہ بات سامنے آئی کہ

ظاہری حواس فکشن ہیں۔ مشاہدات کو معنی پہنانا ہمارے فہم، علم یا شعور کا کام ہے۔ ہم چیزوں کو اتنا ہی محسوس کر سکتے ہیں جتنا کہ ہمارے علم کی حد اور شعور کی استعداد ہے۔ حواس ہمیں جو کچھ اطلاع فراہم کرتے ہیں ان سے ہمیں حقیقی اور مکمل معلومات حاصل نہیں ہو سکتیں، بلکہ اکثر حقائق ان کے پس منظر میں موجود ہوتے ہیں جن سے حواس رہنمائی ہی نہیں لیتے اور ہمارا ذہن غلط تشریح کر جاتا ہے۔

مثلاً صحراؤں میں جھنگ جانے والے افراد کو دور کسی

درخت یا پیلے کا عکس پانی میں دکھائی دیتا ہے اور وہ خیال کرتے ہیں کہ آگے کوئی جمیل یا تالاب ہے، حالانکہ وہ نظر کا دھوکا ہوتا ہے اور وہاں پانی نام کی کوئی چیز نہیں ہوتی۔ عظیم روحانی سائنسدان حضرت

قلندر بابائے بہت تفصیل کے ساتھ اس بات کو بیان کیا ہے کہ حواس سے مننے والی اطلاعات کو ہم اپنے علم، شعور یا معلومات کے مطابق ہی اخذ کرتے ہیں، آپت فرماتے ہیں: ”گڑی کے ایک فریم میں ایک تصویر لگا کر، بہت شفاف آئینہ تصویر کی سطح پر رکھ دیا جائے اور کسی شخص کو فاصلے پر کھڑا کر کے امتحان یہ پوچھا جائے کہ بتاؤ تمہاری آنکھوں کے سامنے کیا ہے تو اس کی نگاہ صرف تصویر کو دیکھے گی۔ شفاف ہونے کی وجہ سے آئینہ کو نہیں دیکھ سکے گی۔ اگر اس شخص کو یہ بتا دیا جائے کہ آئینہ میں تصویر لگی

ہے تو پہلے اس کی نگاہ آئینہ کو دیکھے گی پھر تصویر کو دیکھے گی۔“

بابا صاحب ایک اور مثال پیش کرتے ہیں ”ہیروشیما کی ایک پہاڑی جو ایٹم بم سے فنا ہو چکی تھی، لوگوں کو دور سے اپنی اصل شکل و صورت میں نظر آتی تھی لیکن جب اس کو چھو کر دیکھا گیا تو وہ جس کے اثرات بھی نہیں پائے گئے۔ اس تجربے سے یہ معلوم ہو گیا کہ صرف دیکھنے والوں کا علم نظر کا کام کر رہا تھا۔“

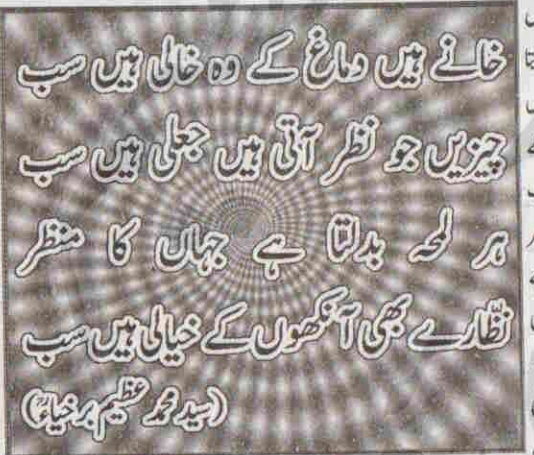
بابا صاحب مزید فرماتے ہیں ”علم کے بغیر تمام

احساسات نفی کا درجہ رکھتے ہیں۔ اگر کسی چیز کا علم نہیں ہے تو اس چیز کا دیکھنا ممکن ہے نہ سنا ممکن ہے۔“

(لوح و قلم) صفحہ 53-54 مذکورہ مثالوں اور سائنسی وضاحتوں کے بعد

اب اگر ہم سے یہ سوال کر لیا جائے کہ ہم کہاں دیکھ رہے ہیں تو اس کا یہ جواب بھی کہ ”ہم اپنے دماغ میں دیکھ رہے ہیں“ بالکل بے معنی ہوگا۔ جی ہاں! اس لیے کہ دونوں صورتوں میں دیکھنے اور ادراک کرنے والا دماغ نہیں بلکہ وہ تو محض گوشت کا ایک ٹکڑا ہے۔

ادراک کرنے والی قوت گوشت پوست سے ماوری ہے.... اس لیے کہ برقی مقناطیسی لہروں یا الیکٹرو میگنیٹک ویوز کو بھی ہم کسی طرح مادی شے قرار نہیں دے سکتے... گویا بیرونی دنیا جس کا ہم ادراک کرتے ہیں، محض





قلندر بابا اولیاءؒ کا یوم وصال 27 جنوری ہے۔

مرکزی مراقبہ ہال سرجانی ٹاؤن کراچی میں

قلندر بابا اولیاءؒ

کے عرس مبارک کی مرکزی تقریبات حسب ذیل پروگرام کے تحت منعقد ہوں گی۔

26 جنوری 2012ء بروز جمعرات

روحانی تربیتی ورکشاپ۔ موضوع: ”مرتبہ احسان کیا ہے؟“

27 جنوری 2010ء بروز جمعہ

مزار مبارک قلندر بابا اولیاءؒ: ظہر سے مغرب کے دوران ختم درود شریف،

تلاوت قرآن، فاتحہ۔ بمقام خانقاہ عظیمیہ B-14 شادمان ٹاؤن کراچی۔

مرکزی مراقبہ ہال سرجانی ٹاؤن کراچی میں بعد نماز مغرب، لنگر۔

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کا خصوصی خطاب بعد نماز عشاء۔

رابطہ کے لیے:

مرکزی مراقبہ ہال: 0213-6912786

آتی ہے۔ مثال کے طور پر خواب میں ہم سنگترہ کھاتے ہیں اور اس کا مزہ بھول جاتے ہیں، کیوں بھول جاتے ہیں...؟ اس لیے کہ سنگترہ اور سنگترے کا مزہ ہمیں الیکٹرک امپلس کے ذریعے موصول ہوا ہے.... لیکن یہی حزمہ اگر خواب میں الیکٹرک امپلس سے کیمیکل امپلس میں بدل جائے تو ہم سنگترہ اور سنگترے کے ذائقے کو بیداری میں بھی محسوس کریں گے۔“ (اقتباس: خواب اور تعبیر، خواجہ شمس الدین عظیمی)

ان حقائق کی روشنی میں یہ سوال سامنے آتا ہے کہ... ہم مادی دنیا کی جس شے سے واقف ہوتے ہیں، اگر وہ محض ہماری روح کے ذریعے ہونے والا ادراک ہی ہے تو پھر اس ادراک کا منبع کیا ہے...؟ عظیم روحانی سائنسدان حضور قلندر بابا کی تعلیمات میں ہمیں اس سوال کا جواب مل سکتا ہے۔ آپ اس ضمن میں ارشاد فرماتے ہیں:

”ادراک کہاں سے آیا؟

وہ صرف اطلاع ہے۔ یہ اطلاع کہاں سے ملی ہے...؟ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں ساعت میں نے دی ہے، بصارت میں نے دی ہے۔ تو اس کا مطلب یہ نکلا کہ اطلاع میں نے دی ہے۔ ہم عام حالات میں جس قدر اطلاعات وصول کرتے ہیں، ان کی نسبت تمام دی گئی اطلاعات کے مقابلے میں کیا ہے...؟

شاید صفر سے ملتی جلتی ہو۔ وصول ہونے والی اطلاعات اتنی محدود ہیں جن کو ناقابل ذکر کہیں گے۔ اگر ہم وسیع تر اطلاعات حاصل کرنا چاہیں تو اس کا ذریعہ تجز و علم روحانی کے کچھ نہیں ہے اور علوم روحانی کے لیے ہمیں قرآن پاک سے رجوع کرنا پڑے گا۔“

(روح و قلم: صفحہ 275)

خواب ہے جو روح دیکھتی ہے۔ جس طرح خواب میں نظر آنے والے ہمارے جسم اور اس دنیا کی کوئی حقیقت نہیں، اسی طرح اس کائنات اور ہمارے جسم کی بھی کوئی حقیقت نہیں ہے۔ اصل شے یا اصل نوع روح ہے۔ مادہ تو محض اس ادراک پر مشتمل ہے جس کا مشاہدہ روح کرتی ہے۔ وہ بین مخلوق جو یہ طور لکھتی اور پڑھتی ہے، چند اینٹوں، سالموں اور ان کے درمیان کیمیائی تعاملات کا مجموعہ نہیں، بلکہ ”روح“ ہے۔

سلسلہ عظیمیہ کے مرشد اور قلندر بابا اولیاءؒ کے مشعل حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی اس بات کی تشریح کرتے ہوئے کتاب خواب اور تعبیر میں فرماتے ہیں کہ:

”جب انسانی ارادہ اور شعور کسی چیز میں مرکب ہو جاتا ہے (خواہ بیداری ہو یا خواب) تو وہ تصور سے عمل میں بدل جاتی ہے۔ یعنی وہ چیز مظہر بن کر سامنے آ جاتی ہے۔ دوسرے لفظوں میں یہ کہنا چاہیے کہ کیمیکل امپلس Chemical Impulse ان تصورات کو خود و خال دے کر مظہر بناتے ہیں۔ الیکٹرک امپلس Electric Impulse جب کیمیکل امپلس میں تبدیل ہو جاتا ہے تو تصور مادی نقش و نگار کا روپ دھار کر شکل و صورت میں رونما ہو جاتا ہے۔ جو چیز الیکٹرک امپلس سے کیمیکل امپلس میں بدل جاتی ہے، اس کا اثر خواب کی طرح بیداری کے حواس پر بھی معین و قد تک موجود رہتا ہے۔

خواب یا بیداری دونوں حالتوں میں یہ دونوں ایجنسیاں برسر عمل رہتی ہیں۔ فرق یہ ہے کہ خواب میں الیکٹرک امپلس کی کارکردگی زیادہ ہوتی ہے اور بیداری میں کیمیکل امپلس کی کارکردگی نمایاں ہوتی ہے۔ اگر بیداری کی طرح خواب میں بھی کیمیکل امپلس نمایاں ہو جائے تو ایسی صورت میں خواب میں دیکھی ہوئی، محسوس کی ہوئی یا چکھی ہوئی کوئی چیز بیداری میں بھی خواب کی طرح نظر

صاحب عرفان

کس قدر اونچی قلندر اولیاء کی شان ہے
 اُن کی جو بھی مان لے، وہ صاحب عرفان ہے
 ہم نے ان کا نام نامی اپنے دل پر رکھ لیا
 آخرت کے واسطے یہ بھی بڑا سامان ہے
 میری ہستی درد و غم سے چور تھی اُن کے بغیر
 جب سے اُن کا ہو گیا ہوں زندگی آسان ہے
 ہے یقین مجھ کو سر محشر وہ بخشیں جائیں گے
 جن کو بھی بابا قلندر اولیاء پہ مان ہے
 میں زمانے کی نگاہوں میں عظیمی ہوں اگر
 مرشدِ کامل کا یہ بھی مجھ پہ اک احسان ہے
 یہ شعورِ شاعری بھی آپ نے بخشا مجھے
 آپ کے صدقے ہی عنبرِ صاحب دیوان ہے

(اشفاق عنبر)

ہر انسان کی اپنی زندگی
 دراصل دو دنیاؤں میں رہ کر

خوابِ غیب کا دروازہ

گزارتا ہے، ایک دنیا تو وہ ہے جسے آپ آنکھیں کھول کر
 دیکھتے ہیں مگر ایک دنیا ایسی بھی ہے جو آپ کی آنکھیں بند
 ہوتے ہی آپ کی منتظر ہوتی ہے۔

پیشگیرانہ طرز فکر کے حامل
 افراد اور مادی طرز فکر رکھنے
 والے افراد کی تریغوں کو مد نظر رکھا جائے تو ایک بڑا اور

عالم بیداری یا شعوری زندگی کی اپنی
 مشکلات ہیں مگر عالم خواب بھی اپنے
 اندر ایک وسیع اور ہمارے شعور کے لحاظ سے پیچیدہ دنیا
 لیے ہوئے ہیں۔

ابنِ وصی

سے ان خیالات کا مطالعہ کرتے ہیں....
 مشہور یونانی مفکر ارسطو لکھتا ہے کہ ”خواب کوئی
 روحانی مسئلہ نہیں ہے بلکہ یہ ایک نفسیاتی وقوعہ ہے“....

خواب کا موضوع ہمیشہ سے ہی لوگوں کے لیے
 دلچسپی کا باعث رہا ہے۔ دنیا کی مختلف قوموں میں خواب
 کے موضوع پر کافی طبع آزمائی کی گئی ہے۔ ہر دور میں اس
 علم کے ماہرین موجود رہے ہیں، موجودہ دور میں خواب
 کے متعلق دو طرح کے نظریات پائے جاتے ہیں، ایک
 جانب مغربی مفکروں، فلسفیوں، نفسیات دانوں، محققین
 اور سائنسدانوں نے اس پر اپنے خیالات کا اظہار کیا
 ہے.... اور دوسری جانب انبیائے کرامؑ، صحابہ کرامؓ،
 تابعینؓ، اولیاء اللہؒ، صوفیائے کرامؒ، دانشوروں، اہل علم
 حضرات اور روحانی علوم کے ماہرین نے اس موضوع پر
 رہنمائی فرمائی ہے۔

اور نہ وہ انہیں مستقبل کی اطلاعات کا ذریعہ سمجھتا ہے بلکہ
 اس کے نزدیک ”خواب“.... خوابیدہ شخص کی نفسیاتی اور
 شعوری کارکردگی ہوتی ہے اور ان سے بعض بیماریوں کی
 تشخیص بھی کی جاسکتی ہے“.... اس کے نزدیک ”شریف
 آدمی وہی کام خواہوں میں کرتے ہیں جو بد معاش لوگ دن
 میں کرتے ہیں۔“

اخلاطون اپنی کتاب ری پبلک Republic میں
 لکھتا ہے کہ ”جب روج کا عقلیت اور لعن طعن کرنے والا
 حصہ خوابیدہ ہوتا ہے تو اس کا ہیمانہ اور وحشیانہ حصہ بیدار

خوابِ روح کی زبان ہے۔

قلندر بابا اولیاء

ہو جاتا ہے، وہ آزاد ہوتا ہے اس پر سے شرم و حیا کا پہرہ اٹھ جاتا ہے اب وہ کچھ بھی کر سکتا ہے....

مشہور نفسیات دان ہنری برگسٹن کے نزدیک فرد جو کچھ سیکھتا ہے، وہ یاد رکھتا ہے، بھولتا نہیں ہے۔ تاہم بیداری کے وقت شعوری قوتیں انہیں دبا کر رکھتی ہیں اور جب شعوری قوتیں سو جاتی ہیں تو یادداشت پر مبنی خیالات اور تصورات جیل کے قیدیوں کی مانند جیل سے بھاگ نکلے ہیں اور ذہن میں ایک طوفان برپا کر دیتے ہیں، یہی خواب ہے۔

فرانز کو مغربی ممالک میں بابائے نفسیات کہا جاتا ہے۔ فرانز نے اپنی مشہور کتاب خواب کی تفسیر Interpretation of Dreams میں لکھتا ہے ”ہر آدمی اپنی جان کا راز ناچار خوابات کی تسکین چاہتا ہے تاکہ وہ دنیا بھر کی خوشیوں سے اپنی جھولی بھر لے لیکن ایک شخص کی خوشیاں دوسروں کے حقوق چھیننے کے مترادف ہو سکتی ہیں مگر معاشرہ نا آسودہ خوابات کی حکم کھلا تسکین کی اجازت نہیں دیتا۔ اس لیے جب فرد خوابیدہ ہوتا ہے اور شعوری قوتیں کمزور پڑ جاتی ہیں تو خواب میں نا آسودہ خوابات کو شعور میں داخل ہو جانے کا موقع مل جاتا ہے مگر ضمیر ایسی خوابات کو شعور میں داخل ہونے سے روکتا ہے تو وہ روپ بدل کر شعور میں داخل ہونے کی کوشش کرتی ہیں....“

موجودہ دور کے نفسیات دان اور سائنسدانوں کا خیال ہے کہ بیداری کے دوران ذہن میں ریکارڈ ہونے والے واقعات جو شعور میں ذخیرہ ہوتے رہتے ہیں رات کو شعور کے کم فعال ہونے پر ایک رپورٹ کی صورت میں سامنے آجاتے ہیں۔

دوسری جانب اسلامی تعلیمات کے مطابق خواب خدا تعالیٰ کی طرف سے پیغام ہوتا ہے۔ مگر بعض خواب

نفس کے جذبات کے ترجمان ہیں۔ حضرت یوسف علیہ السلام اور حضرت دانیال علیہ السلام کی روشن مثالیں تاریخ میں موجود ہیں۔ اسی طرح حضرت ابراہیم علیہ السلام کے خواب اور اسماعیل علیہ السلام کی قربانی کا تذکرہ خواب کی اہمیت واضح کر رہا ہے۔ سچے خواب عام آدمی کو بھی آسکتے ہیں۔

حضرت محمد رسول اللہ ﷺ نے سچے خواب کو نبوت کا پھیلائیوں حصہ قرار دیا ہے۔ (صحیح مسلم) ایک مرتبہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ میرے بعد رسالت ختم ہو جائے گی، لیکن مبشرات باقی ہیں اور وہ سچے خواب ہیں۔ (جامع ترمذی)

آپ ﷺ فرماتے ہیں کہ نیک خواب اللہ کی طرف سے بشارت ہوتے ہیں۔ (صحیح بخاری، مسلم)

کتاب تعبیر الروایا کے مصنف امام محمد بن سیرینؒ خواب کی تین اقسام بتاتے ہیں، ان کے مطابق پہلی قسم کے خواب خیالات کا انعکاس ہوتے ہیں، دوسری قسم شیطانی وسوسے جبکہ خواب کی تیسری قسم مبشرات خداوندی ہیں۔

ابن خلدون فرماتے ہیں ”نفس ناقلہ (انسان کا غیر مادی وجود) جب جسم کی مادی حدود سے آزاد ہو جاتا ہے تو وہ اُس وقت مستقبل کے حالات کو دیکھ کر اپنے قوت حافظہ و قوت ادراک کے ذریعہ انہیں محفوظ کرنے کے قابل ہو جاتی ہے....“

کبھی تو یہ اتنا واضح ہوتا ہے کہ تعبیر و تفسیر کی ضرورت نہیں پڑتی مگر کبھی اتنا مبہم ہوتا ہے کہ تعبیر و تفسیر کا محتاج رہتا ہے۔“

امام غزالیؒ کے مطابق ”جب تک انسان بیدار رہتا ہے جسم مادی دنیا میں مصروف رہتا ہے اور جب وہ سو جاتا ہے تو روح عالم بالا میں پہنچ جاتی ہے جب تک انسان سو رہتا ہے روح عالم ارواح میں سیر کرتی رہتی ہے۔“

روحانی علوم کے ماہرین مسلمان صوفیائے کرام کی تعلیمات اور ارشادات کے مطابق خواب ہمارے باطن میں کھلنے والا ایک ایسا دروازہ ہے جس کے ذریعے کشف والہام کی ابتداء ہوتی ہے۔ حقائق کا کشف اور غیب کا انکشاف خواب کی صلاحیت کے ذریعے ہی ممکن ہوتا ہے۔

دارت علوم انبیاء امام سلسلہ عظیمہ قلندر بابا اولیاؒ خواب روح کی زبان کہتے ہیں، آپ تحریر فرماتے ہیں:

”جس کو ہم خواب دیکھنا کہتے ہیں ہمیں روح اور روح کی صلاحیتوں کا سراغ دیتا ہے۔“ (لوح و قلم۔ صفحہ 11)

روحانی علوم کے ماہرین اور ماہرین نفسیات کے نظریات کے درمیان فرق یہ ہے کہ روحانی علوم کے ماہرین خواب کا تعلق انسان کی روح سے بتاتے ہیں اور ان سے ملنے والے اشارات کو من جانب اللہ اور الہامی علوم کا ایک حصہ مانتے ہیں، جبکہ ماہرین نفسیات خوابوں کو انسان کی یادداشت اور روزمرہ زندگی کے واقعات کا اعادہ قرار دیتے ہیں، اگرچہ مختلف ماہرین اس کے اسباب اور تعبیر پر نظریات رکھتے ہیں، لیکن ان میں سے کوئی بھی خواب کی براہ راست تعبیر کے قابل نہیں.... وہ خواب دیکھنے والے سے تفصیلی گفتگو کرنے، اس کے معمولات جاننے اور اس کی شخصیت اور لاشعور سے واقف ہونے کے بعد ہی تعبیر بنا سکتے ہیں۔ ان کے نزدیک خواب نامکمل خوابات، نظریوں اور مشاہدوں کا مظہر ہوتا ہے۔

ہر گروہ اپنی اپنی کوشش سے کھنچ گھیت کر اپنی مرضی کا مطلب نکال لیتے ہیں اور دلچسپ بات یہ ہے کہ کسی ایک خواب کی ہر جگہ سے یکساں تعبیر نہیں آسکتی یعنی تمام ترقیات کے باوجود ماہرین خوابوں کے استعاروں پر آج تک متفق نہیں....

پیغمبرانہ طرز فکر کے حامل افراد اور مادی طرز فکر رکھنے والے افراد کی تعبیلوں کو مد نظر رکھنے سے یہ فرق

نظر آتا ہے کہ پیغمبرانہ طرز فکر کے حامل افراد زندگی اور زندگی کی سرگرمیوں کو صرف خواہشات، تقاضوں اور جذبات کی عینک لگا کر نہیں دیکھتے ہیں بلکہ ان کی فکر یہ ہوتی ہے کہ ”ہر شے اللہ کی طرف سے ہے“ یعنی وہ خواہشات، تقاضوں اور جذبات کی اہمیت کو تسلیم کرتے ہوئے انسانی شعور کے تعلق کو لامحدودیت سے جوڑ دیتے ہیں جو انسان کی بقا کے لیے بہت ضروری ہے۔

قلندر بابا اولیاءؒ نمبر کی مناسبت سے اس ماہ ہم نے خواب کے متعلق مختلف نظریات کا تذکرہ کیا کہ ان میں کس قدر توہمات ہیں اور کتنے حقیقی اور روحانی پہلو ہیں....

آئندہ ماہ ربیع الاول کی مناسبت سے شائع ہونے والے خصوصی شمارہ ”خیر البشر ﷺ نمبر“ میں ہم تذکرہ کریں گے کہ پیغمبرانہ تعلیمات خواب کے بارے میں ہماری کیا رہنمائی کرتی ہیں....؟ کیا خواب کے ذریعے ہم اپنے مسائل یا بیماریوں کا علاج کر سکتے ہیں....؟ کیا ہم خواب کے ذریعے اپنے مستقبل سے باخبر ہو سکتے ہیں....؟ کیا خواب کی مدد سے تحقیقی صلاحیتیں یا باطنی علوم حاصل کیے جا سکتے ہیں....؟

ان سوالوں کے جوابات ہم اس سلسلہ وار مضمون میں لگا بے لگا ہے پیش کرتے رہیں گے۔

(جاری ہے)



فلاسفہ کا باؤ کا فلسفہ

تاریخ انسانی میں بڑے بڑے فلاسفر گزرے ہیں جنہوں نے فکری ذرائع سے خوشی و غم کی بنیادیں تلاش کرنے کی کوششیں کیں۔ زمانہ آگے بڑھا تو انسانی زندگی پر غور و فکر کرنے والے لوگ آگئے،

جنہیں نفسیات

دان کہا جانے

لگا۔ انہوں نے بھی

ذہن انسانی پر غم و

خوشی کے اثرات کا

مطالعہ کیا۔ فلاسفر حضرات نے خوشی کی

تعریف کرنے میں عرصے لکھادیں اور اس نتیجے پر پہنچے کہ

”کسی شے یا مقصد کے حصول کے بعد ذہن انسانی

میں جو طمانیت اور عجیب و غریب گدگدی سی ہوتی ہے وہ

خوشی کہلاتی ہے۔“

انسانی تجربہ ہے کہ خوشی اپنے اظہار کے لیے کچھ

جسمانی حرکات بھی کرواتی ہے۔ جنہیں ہم تبسم نہی و

قتبہ وغیرہ کا نام دیتے ہیں یا یوں کہہ لیجیے کہ خوشی ایک

ماں ہے اور جب وہ حرکت کرتی ہے تو مذکورہ بالا ناموں کی

اولاد پیدا کرتی ہے۔ یہ سسٹم ایسا لازم و ملزوم ہے کہ ایک

موجودگی دوسرے کی موجودگی پر دلالت کرتی ہے۔

اصولی طور پر یہ کہا جاسکتا ہے کہ انسان جب خوش ہوتا

ہے، ہنستا یا قہقہہ لگاتا ہے تو اس وقت لازماً اس کا غم دور ہوتا

ہے اور چونکہ خوشی ضد ہے غم کی اس

لے یہ محاورہ بجا لگتا ہے کہ ”ہنسی علاج

غم ہے“ مگر..... لگتا ہے کہ یہ محاورہ بجا ہونے کے باوجود

بھی وقت کی رفتار سے چند قدم پیچھے رہ گیا ہے۔ وہ اس لیے

کہ اس سائنسی دور میں مسکراہٹ پر تحقیق نے کچھ اور ہی

آشکار کیا ہے۔ جدید تحقیق سے یہ بات ثابت ہو گئی ہے کہ

ہنسا مسکراتا پیچیدہ امراض سے محفوظ رکھتا ہے، وہ اس

خوشی کا احساس

صحت مند رکھتا ہے...

حضرت قلندر بابا اولیاء

کے تعلیمات آگاہی دیتے ہیں۔۔۔۔۔ خوشی کا

احساس بانٹنے سے اس میں اضافہ ہوتا

ہے۔ صرف اپنی ذات سے متعلق خوشی

کا ہی اظہار نہ کریں بلکہ دیگر افراد کی خوشیوں

میں بھی کٹادہ دل سے شریک کریں، اس

طرح دل شادمان رہتا ہے جو اچھی صحت

کے لیے نہایت ضروری ہے۔

طرح کہ اس عمل سے انسانی جسم میں

موجود بیماریوں کے خلاف مدافعتی نظام

مضبوط ہو جاتا ہے۔ اضطراب اور بے چینی کو اپنے اوپر

حادی کر لینے والے افراد جلد ہی بیماریوں کا شکار ہو جاتے

ہیں جبکہ زندہ دل اور روشن خیال افراد صحت مند اور

بہترین دماغوں کے مالک ہوتے ہیں۔

اب تو تحقیقات سے یہ پوری طرح ثابت بھی ہو گیا

محمد راحیل



اشارہ دہویں روحانی ورکشاپ

عنوان ”مرتبہ احسان کیا ہے؟“

26 جنوری 2012ء بروز جمعرات۔ بمقام مرکزی مراقبہ ہال۔ کراچی

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضور قلندر بابا اولیاء کے تیسویں یوم وصال کے موقع پر انشاء اللہ مرکزی مراقبہ ہال میں روحانی ورکشاپ منعقد ہوگی۔ جس میں شرکاء غور و فکر کریں گے کہ:

- ☆ علم حصولی اور علم حضوری کیا ہے؟
- ☆ مراقبہ اور اس کے فوائد کیا ہیں؟
- ☆ مرتبہ احسان کیا ہے؟ صلوة (نماز) میں حضوری قلب کس طرح حاصل کی جائے؟

ورکشاپ کا موضوع:	مرتبہ احسان کیا ہے؟.....
مطالعاتی حوالہ	کتاب ”احسان و تصوف“ اور کتاب ”مراقبہ“ کا مطالعہ مفید ہوگا۔
رجسٹریشن کرانے کی آخری تاریخ:	8 جنوری 2012ء بروز اتوار
	(از پاکستان بیرون پاکستان مراقبہ ہال) مرکزی مراقبہ ہال، کراچی۔ 15 جنوری 2012ء بروز اتوار

ورکشاپ میں شرکت کے خواہش مند خواتین و حضرات کی سہولت کے لیے عرض ہے کہ ناموں کے اندراج اور فیس جمع کرانے کے لیے اپنے شہر میں قائم مراقبہ ہال کے نگران صاحب سے رابطہ کریں۔

آرگنائزر روحانی ورکشاپ

مرکزی مراقبہ ہال، سرجانی ٹاؤن، پوسٹ بکس نمبر 18180 کراچی۔ فون نمبر: 021-6912786

ٹیکس نمبر: 021-6910786 ای میل: markazi_muraqaba_hall@yahoo.com

http://groups.yahoo.com/group/RoohaniTarbiyatiWorkshop/



ہے کہ مسکرانے سے انسان کی قوت مدافعت کا نظام Immune System متحرک اور طاقتور ہو جاتا ہے۔ چنانچہ اس حقیقت کے سامنے آنے کے بعد ایک نئی سائنس نے جنم لیا ہے، جسے PSYCHO NEURO IMMUNOLOGY کہتے ہیں جس نے پوری طرح ثابت کیا ہے کہ لوگ اپنی ذہنی حالت کے مطابق یا تو زیادہ بیمار رہنے لگتے ہیں یا بیماری سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔

گزشتہ چند برسوں کے دوران کچھ سائنسدانوں نے باقاعدہ طور پر یہ تحقیق شروع کی کہ ہنسنے مسکرانے سے ہماری جسمانی اور ذہنی صحت پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں اور ان کی وجوہات کیا ہیں۔ مغربی ممالک میں ورکشاپوں کا سلسلہ شروع ہو گیا، سیمینارز اور کانفرنسیں منعقد ہونے لگیں۔ ترقی کو رس کے پروگرام شروع کر دیے گئے۔ سائنس دان اس بارے میں کس قدر سنجیدہ ہیں اس کا اندازہ آپ اس بات سے لگا سکتے ہیں کہ برطانیہ میں Laughter Clinics بھی قائم ہو چکے ہیں، جن کے اخراجات اکثر وہاں کی نیشنل ہیلتھ سروس برداشت کرتی ہے۔ ان کلینکس میں اب تک تقریباً تیس ہزار سے زیادہ معالجوں، برسوں اور ماہرین نفسیات نے ورکشاپس میں شرکت کی ہے۔ پچھلے دنوں وہاں ایک ایسی کانفرنس بھی منعقد ہوئی جس میں ذہنی سوماہرین نفسیات اور معالجوں نے اس موضوع پر غور کیا۔ ایک ماہر نفسیات کا کہنا تھا کہ ایسے شواہد موجود ہیں جن سے اندازہ ہوتا ہے کہ جسمانی اور ذہنی صحت اور مسکرانے کے مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ تاہم صحت اور مسکرانے کے باہمی تعلق کو اچھی طرح سمجھنے کے لیے مزید تحقیق کی ضرورت ہے۔ یہ درست ہے کہ اب تک تحقیق سے جو نتائج سامنے آئے ہیں وہ حوصلہ افزا ہیں۔

برطانیہ کی ایک تجربہ گاہ میں جسے Laugh Lab کا

نام دیا گیا ہے، کچھ لوگوں پر تجربہ کرنے اور ان کے دماغ کی تصویریں لینے کے بعد دیکھا گیا کہ کوئی مزید اثرات سننے مسکرانے یا ہنسنے کے بعد دماغ کے ان حصوں میں تحریک پیدا ہوتی ہے جن کا تعلق فرحت پیدا کرنے والے کیمیکلز سے ہے۔ سائنسدانوں نے یہ بھی مشاہدہ کیا کہ مسکرانے اور خوش رہنے سے دل کی دھڑکن میں دس سے بیس فیصد اضافہ ہوتا ہے اور ایک منٹ میں ایک اعشاریہ تین حرارے حمل جاتے ہیں۔ اندازہ یہ ہے کہ جو گنگ کرنے سے ایک منٹ میں دس حرارے حملتے ہیں، لہذا آپ کہیں گے کہ اس کے مقابلے میں ایک اعشاریہ تین حرارے حمل جانا تو کچھ بھی نہیں لیکن ایک ماہر کا کہنا ہے کہ ہر حرارے کی اپنی اہمیت ہے اور ہمیں ان تھوڑے تھوڑے حراروں کو بھی نظر انداز نہیں کرنا چاہیے۔ یوں سمجھ لیجئے کہ اگر آپ روزانہ پندرہ منٹ دل کھول کر ہنس یا مسکرالیں اور یہ سلسلہ سال بھر جاری رہے تو آپ کا وزن چار پونڈ کم ہو سکتا ہے۔

مسکرانے کا تعلق دراصل پورے جسم سے ہے، یعنی مسکرانے صرف خوشی کا احساس ہی پیدا نہیں کرتی، بلکہ مختلف اعضاء کو بھی مثبت انداز سے متاثر کرتی ہے۔ جب ہم مسکراتے ہیں تو پندرہ چھوٹے چھوٹے عضلات ہمارے چہرے پر مسکرانے کے ذمہ دار ہوتے ہیں۔

عضلات کی ورزش کے ساتھ خون کا بہاؤ بھی بڑھ جاتا ہے، جو چہرے کو ہلکی سرخی اور چمک بخشتا ہے۔ مسکرانے زور دار ہو تو آنسو چمک پڑتے ہیں اور یاد رکھیے کہ آنسو غم کے ہوں یا خوشی کے، ان سے دباؤ میں کمی ضرور واقع ہوتی ہے۔

زیادہ خوش ہو کر قبضہ لگانے میں تو اتر کے ساتھ ہالہا کی آواز صرف منہ کے عضلات پر اچھا اثر ڈالتی ہے، بلکہ کیلیفورنیا کے ایک سائنسدان نے اس کا ایک اور دلچسپ

فائدہ بھی بتایا، انہوں نے فہمی اور قبضوں کے بعد کچھ لوگوں کے تھوک کا معائنہ کیا اور یہ دیکھا کہ اس میں بیماری کا مقابلہ کرنے والے کیمیکل Immunoglobulin کی سطح بڑھ گئی ہے۔ کچھ اور تجربوں سے پتہ چلا کہ ہنسنے مسکرانے کے بعد خون میں ایسے تھوک کی سطح بڑھ گئی جو ہمارے مدافعتی عمل کو تقویت پہنچاتے ہیں۔

فہمی یا مسکرانے کا مثبت اثر اس نظام پر بھی پڑتا ہے، جو ہماری آواز یا گویائی کا نظام ہے۔ ڈایا فرام کی حرکت، پچھپھڑوں میں ہوا بھرنا، نکلنا اور ہنسا یا مسکرانا، ان سب کے لیے یعنی اس لیے پورے نظام صوت کے لیے ایک طرح کی ورزش ہے۔ زور دار فہمی کے باعث پچھپھڑوں میں معمول کی نسبت زیادہ ہوا آتی اور جاتی ہے، لہذا خون کو زیادہ آکسیجن ملتی ہے۔

جب ہم مسکراتے ہیں تو ہمارے دل کی دھڑکن اور بلڈ پریشر میں کچھ دیر کے لیے اضافہ ہو جاتا ہے۔ ایک حالیہ تحقیقی مطالعے میں میری لینڈ یونیورسٹی کے ایک ماہر امراض قلب نے رگوں کی اندرونی سطح پر مسکرانے کے اثرات کا جائزہ لیا اور یہ پتہ چلا گیا کہ جب رگیں پھیلتی ہیں تو ان میں ایسے یا مفید صحت کیمیکل پیدا ہوتے ہیں۔

اس ماہر کا کہنا ہے کہ مسکرانے، خوشی اور مزاج سے لطف اندوز ہوتے وقت رگوں کی اندرونی سطح کے پھیلنے سے ٹائٹک آکسائیڈ جیسے کیمیکل پیدا ہوئے جو ٹھنڈا (Clots) بننے اور سوزش پیدا ہونے کی مزاحمت کرتے ہیں، جب کہ آڈر دگی اور آفسر دگی کے باعث اس سطح کے سکڑنے سے کورٹیزول (Cortisol) جیسے ہارمون پیدا ہوئے جو دباؤ والے ہارمون ہیں۔ یہ صورت حال بعد میں امراض قلب کا باعث بنتی ہے۔

مسکرانے کا ایک اور فائدہ ہے کہ یہ درد دور کرنے

والی دوا کا اثر کھتی ہے اور جسم میں درد کی برداشت بڑھاتی ہے۔ 1987ء میں یہ نتیجہ ٹیکساس کے ایک ماہر نفسیات نے اپنے تجربے کے بعد نکالا۔ اکثر ماہرین فہمی کھتے اور مسکرانے کو ایک ورزش قرار دیتے ہیں۔ ایک ماہر نے تو اسے اندرونی ایروبک ورزش کا نام دیا۔ یہ ان ضعیف یا بیمار لوگوں کے لیے ایک اچھی خبر ہے جو ورزش کے لیے باہر نہیں نکل سکتے۔ ایک ماہر نے یہ خیال بھی ظاہر کیا کہ وہ مشین پر ورزش کر کے دس منٹ میں اپنے دل کی دھڑکن میں جو اضافہ محسوس کرتا تھا، وہ کچھ دیر دل کھول کر ہنسنے مسکرانے سے بھی حاصل ہو جاتا تھا۔

تیز رفتار مشینی طرز زندگی نے انسان کے حقیقی جذبات کو نہایت نقصان پہنچایا ہے۔ اسی تبدیل شدہ صورت حال نے خوشی اور مسکرانے کے فطری احساس کو تقریباً نکل لیا ہے۔

معاشرے میں بڑھتی ہوئی بے حسی، لالچ اور خود غرضی نے خوش ہونے کی طاقت چھین لی ہے۔

قلندر بابا اولیاء کی تعلیمات آگاہی دیتی ہیں کہ خوشی کا احساس بانٹنے سے اس میں اضافہ ہوتا ہے۔ صرف اپنی ذات سے متعلق خوشی کا اظہار ہی نہ کریں بلکہ دیگر افراد کی خوشیوں میں کشادہ دلی سے شرکت کرنے سے بھی دل شادماں رہتا ہے، جو اچھی صحت کے لیے نہایت ضروری ہے۔ قلندر بابا اولیاء کی تعلیمات کا منشاء ہی انسان کو اس کی فطرت سے قریب کرنا ہے، جبکہ موجودہ دور کے سائنسی ماہرین کے رائے ہے کہ خوشی کا احساس انسان کو ودیعت کی گئی فطری صلاحیت ہے۔ دیگر صلاحیتوں کی مانند اس صلاحیت کو بھی استعمال نہیں کیا جائے تو انسان خوشی محسوس کرنے کی صلاحیت ہی سے عاری ہو تا چلا جاتا ہے۔

لہذا خوش رہیے اور خوشیاں بانٹیں۔





گلندر بابا اولیاء

حضور قلندر بابا اولیاءؒ کی ذات بابرکات
علم و عرفان اور اسرار و رموز کا لامتناہی سمندر
ہے۔ بحیثیت ایک روحانی استاد و دانشور اور رہنما
کے، کے حالات اور
واقعات پر آپؒ کی گہری
نظر تھی۔ آپ کی نگاہ
کے سامنے یہ صورتحال
بھی تھی کہ دورِ جدید کا معاشرہ

ملفوظات قلندر بابا اولیاءؒ

شدید قسم کے تضادات اور عدم توازن کا شکار ہے، آج کے انسان نے جہاں سائنسی ترقی میں
عروج حاصل کیا ہے، وہیں اُسے اخلاقی اور روحانی تنزلی سے بھی دوچار ہونا پڑا ہے۔ قلندر بابا اولیاءؒ
نے روحانی علوم کو جدید ذہن کے مطابق سادہ انداز میں پیش کیا۔ حضور قلندر بابا اولیاءؒ کی تعلیمات کا
فہم حاصل کرنے میں آپؒ کے اقوال و ارشادات سے بڑی مدد مل سکتی ہے۔
آئیے! حضور قلندر بابا اولیاءؒ کے ملفوظات کے سمندر کے چند قطرہوں سے فیضیاب ہوتے ہیں.....

*.... ہر شخص کو چاہیے کہ کاروبار حیات میں مذہبی
قدروں، اخلاقی و معاشرتی قوانین کا احترام کرتے ہوئے
پوری پوری جدوجہد اور کوشش کرے، لیکن نتیجے پر نظر نہ
رکھے۔ نتیجہ اللہ کے اوپر چھوڑے۔
*.... آدمی حالات کے ہاتھ میں کھلوتا ہے۔ حالات
جس طرح چاہی بھر دیتے ہیں آدمی اسی
طرح زندگی گزارنے پر مجبور ہے۔ بے

مرتبہ: مشعل رحیم

شک اللہ قادر مطلق ہے اور ہر چیز پر محیط ہے۔ حالات پر
اس کی گرفت ہے۔ وہ جب چاہے اور جس طرح چاہے
حالات میں تغیر واقع ہو جاتا ہے۔
*.... درویش وہ ہے، جسے اگر آپ لنگوت بندھوادیں تو
خوش ہے۔ اسے آپ اٹلس و کم خواب کے کپڑے پہنادیں
تو تب بھی شکیک ہے۔ اسے مرغ بریانی کھلا دیں تب بھی شکیک
ہے اور روکھی سوکھی کھلا دیں تب بھی خوش رہتا ہے۔
*.... انسان کی سب سے بڑی بد قسمتی یہ ہے کہ وہ پیچھے
پلٹ پلٹ کر دیکھتا رہتا ہے۔ وہ یہ نہیں سوچتا کہ اللہ تعالیٰ
نے آنکھیں اس کی پیشانی پر سانسے دی ہیں۔ اگر پیچھے ہی
دیکھنا مقصود ہوتا تو اللہ کے لیے کیا
مشکل تھا کہ وہ آنکھیں سر کے پیچھے
حصہ پر لگا دیتا۔
*.... نوع انسانی میں مرد، عورتیں، بچے، بوڑھے سب
آپس میں آدم کے ناطے خالق کائنات کے تخلیقی راز و نیاز
ہیں۔ آپس میں بھائی بہن ہیں۔ نہ کوئی بڑا ہے اور نہ کوئی
چھوٹا۔ بڑائی صرف اسی کو زیب دیتی ہے جو اپنے اندر

انڈرویو پاکستانی اور بیرونی ملک

امام سلسلہ عظیمیہ قلندر بابا اولیاءؒ

کے یوم وصال کی تقریبات درج ذیل پروگرام کے تحت منعقد ہوں گی۔

*.... پاکستان کے مختلف شہروں میں (علاوہ کراچی) بروز اتوار 8
جنوری 2012ء قرآن خوانی اور آیت کریمہ کا ختم ہو گا اور
قلندر بابا اولیاءؒ کی تعلیمات پر مقالات پیش کیے جائیں گے۔

*.... کراچی کے مختلف ٹاؤنز میں بروز اتوار 15 جنوری 2012ء۔

*.... یورپ، امریکہ، کینیڈا، روس، آسٹریلیا اور تھائی لینڈ
میں بروز اتوار 1 جنوری 2012ء جبکہ مراقبہ ہال مانچسٹر، یو کے
میں بروز اتوار 8 جنوری 2011ء۔

*.... متحدہ عرب امارات اور بحرین میں بروز جمعہ 13 جنوری
2011ء قلندر بابا اولیاءؒ کے یوم وصال کی مناسبت سے تقریبات
منعقد ہوں گی۔

حضور قلندر بابا اولیاءؒ کے عقیدت مند، متوسلین، سلسلہ عظیمیہ کے اراکین اور
روحانی ڈائجسٹ کے محترم قارئین کرام مزید تفصیلات معلوم کرنے کے لیے اپنے شہر
یا قریبی شہر میں قائم مراقبہ ہال سے رابطہ کریں۔

مرکزی مراقبہ ہال۔ سرجانی ٹاؤن، کراچی

فون: 92-021-36912786؛ فیکس: 92-021-36910786

جنوری ۲۰۱۲ء

نورانی

حدیثِ نبوی ﷺ بے کہ:

لوگوں کے لیے وہی

پسند کر جو اپنے لیے

پسند کرتا ہے تو، تو کامل

مسلمان ہے۔ (بیہقی)

مراقبہ ہال ٹنڈوالہار

نگراں: ڈاکٹر نور محمد کاسیپوٹ

ایمر جنسی میڈیکل سینٹر، مارکیٹ چوک

ٹنڈوالہار پوسٹ کوڈ 61100

فون: 0314-3741137

*.... انسان جب کسی زاویہ کو صحیح طور پر سمجھتا ہے تو اس کی حیثیت غیر جانبدار یا عدالت کی ہوتی ہے اور مدعی اور مدعا علیہ کے معاملات کو صحیح طور پر سمجھنے کے لیے عدالت ہی کا طرز ذہن استعمال کرنا ہوتا ہے۔

*.... جب انسان بحیثیت غیر جانبدار تجسس کرتا ہے تو اس پر حقائق منکشف ہو جاتے ہیں۔ تجسس کی یہ صلاحیت ہر فرد کو ودیعت کی گئی ہے تاکہ دنیا کا کوئی طبقہ معاملات کی تقسیم اور صحیح فیصلوں سے محروم نہ رہ جائے۔

*.... اس دنیا میں کوئی بھی اپنے لیے کام نہیں کرتا، جو کچھ بھی کرتا ہے وہ اپنی اولاد کے لیے، اپنی قوم کے لیے، اپنی نسل کے لیے کرتا ہے۔

*.... نوبہ انسانی کے افراد کی تربیت اس طرز پر کی جانی چاہیے کہ وہ دنیا میں اور آخرت میں عزت و سکون سے زندگی بسر کر سکیں۔

*.... رکو نہیں چلتے رہو، چلتے رہو رکو نہیں۔

*.... جنہیں کسی کی ذات سے تکلیف پہنچ جائے تو اسے بلا توقف معاف کر دو، اس لیے کہ انتقام بجائے خود ایک صعوبت ہے۔ انتقام کا جذبہ اعصاب کو متشنج کر دیتا ہے۔

*.... معاشرے میں سکون برقرار رکھنے کے لیے دوسروں کی غلطیاں معاف کر دینی چاہئیں۔ دوسروں کے عیوب پر پردہ ڈالنا چاہیے۔

*.... ایسے کام کریں کہ آپ خود سے خود مطمئن ہوں۔ آپ کا خمیر مردہ نہ ہو جائے اور یہی وہ راز ہے جس کے ذریعے آپ کی ذات دوسروں کے لیے رہنمائی کا ذریعہ بن سکتی ہے۔

*.... شمع پہلے خود جلتی ہے اور جب وہ اپنی زندگی کا ایک ایک لمحہ آگ کی نذر کر کے خود کو فنا کر دیتی ہے تو شمع کے اس ایثار پر پروانے جان نثار ہو جاتے ہیں۔



ٹھانٹھیں مارتے ہوئے اللہ کی صفات کے سمندر کا عرفان رکھتا ہو۔ جس کے اندر اللہ کی صفات کا عکس نمایاں ہو۔ جو اللہ کی مخلوق کے کام آئے اور کسی کو اس کی ذات سے تکلیف نہ پہنچے۔

*.... ہر آدمی اپنی جنت اور دوزخ اپنے ساتھ لیے پھرتا ہے۔ اس کا تعلق طرز فکر سے ہے۔ طرز فکر انبیاء اکرام علیہم السلام کے مطابق ہے تو آدمی کی ساری زندگی جنت ہے۔ طرز فکر میں اہلیت ہے تو تمام زندگی دوزخ ہے۔

*.... من سے دوستی کا رشتہ مستحکم کرنے کے بعد ہمارا اہم ترین رشتہ دکھاتا ہے۔ یہاں ہمارا نہ کوئی دشمن ہے اور نہ کوئی دوست ہے۔ ہم خود ہی اپنے دوست ہیں اور خود ہی اپنے دشمن ہیں۔

*.... کسی بھی مذہب یا مسلک کے بڑوں، بزرگوں یا رہنماؤں کو کبھی برا مت کہو۔ یہی وہ اخلاقی حسنہ ہے جس کی تعلیم سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ہمیں دی ہے۔

*.... جب تک آدمی کے یقین میں یہ بات رہتی ہے کہ

چیزوں کا موجود ہونا یا عدم میں چلے جانا اللہ کی طرف سے ہے، اس وقت تک ذہن کی مرکزیت قائم رہتی ہے اور جب یہ یقین غیر مستحکم ہو کر ٹوٹ جاتا ہے تو آدمی ایسے عقیدے اور ایسے وسوسوں میں گرفتار ہو جاتا ہے جس کے نتیجے میں ذہنی انتشار پیدا ہوتا ہے۔

*.... اس دنیا سے جب بھی کوئی جاتا ہے تو کچھ بھی ساتھ نہیں لے جاتا۔ وہاں جو چیز ساتھ جاتی ہے وہ خوشی ہے یا غم ہے۔ اگر آپ اس دنیا میں خوش ہیں تو وہاں بھی خوشی آپ کا استقبال کرے گی۔ خوشی اسی وقت حاصل ہوتی ہے جب آدمی ہر حال میں اللہ کا شکر ادا کرے۔ جو حاصل ہے اس پر صبر و شکر کے ساتھ قناعت کرے اور جو چیز میسر نہیں اس کا شکوہ نہ کرے۔ ہر حال میں خوش رہنے سے بندہ راضی یہ رضا ہو جاتا ہے۔

اور ظلمت رات کی سیما پاپہو جائے گرا

ترقی اور کاسیالی کے روشن امکانات پاکستانی قوم کے سامنے قدم ب قدم بھرتے ہوئے ہیں۔۔۔

مقدرتی وسائل کے لحاظ سے پاکستان کا شمار امیر ترین ممالک میں ہوتا ہے۔۔۔

پاکستان کی آبادی کا تقریباً 60 فیصد نوجوانوں پر مشتمل ہے۔۔۔

جو قومیں اللہ کی دی ہوئی نعمتوں کی قدر نہیں کرتیں، وہ قومیں اپنے لیے تکلیف اور پریشانیوں کا انتخاب خود ہی کرتی ہیں۔

اللہ کے دوست، پاکستان کے لیے دستِ مہربانی کے ہوئے ہیں۔۔۔

روحانی بزرگوں کا کہنا ہے کہ پاکستان کے عوام اپنا محاسبہ کریں۔۔۔

غربت، محرومی اور تکلیفیں ہماری قسمت میں ہی لکھی ہوئی ہیں۔۔۔؟
پاکستان کے حالات کب ٹھیک ہوں گے۔۔۔؟
عوام کو صحت اور تعلیم کی سہولتیں کب میسر آئیں گی۔۔۔؟
یہ سوالات میں نے ایک نہایت محترم روحانی ہستی سے کیے۔

بھی ہو رہے ہو۔ تم نوجوان ہو۔ تمہیں اس ملک میں اپنا مستقبل محفوظ نہیں لگ رہا ہے۔۔۔!؟
حضرت کی زبان سے یہ سن کر میں گھبرا گیا، مجھے لگا جیسے میری کوئی چوری پکڑ لی گئی ہو۔ پھر مجھے خیال آیا کہ اپنے لیے بہتر روزگار اور اپنی معاشی خوشحالی کے لیے فکر مند ہونا کیا کوئی غلط بات ہے۔۔۔؟

روحانی لوگ روشن نظر ہوتے ہیں۔ ان کی نظر محض ظاہر پر نہیں ہوتی بلکہ ان کی نظر کی رسائی باطن میں پہنچا حقیقتوں تک ہوتی ہے۔
میرے یہ سوالات سن کر انہوں نے ایک لمحے کے لیے میرے چہرے پر نظر ڈالی، اتنی سی دیر میں ہی انہوں نے شاید میری ساری کیفیات جان لیں، فرماتے لگے:

اور سوال ایک یا اس میں نوجوانوں کا نہیں ہے اس ملک کے لاکھوں نوجوان ڈگریاں ہاتھوں میں لیے اپنے روزگاری طرف سے پریشان ہیں۔۔۔؟
میں نے ادب سے ان کی خدمت میں عرض کیا ”حضرت! میرے والدین نے بہت تکلیفیں اٹھا کر مجھے اور میرے بھائی بہنوں کو اعلیٰ تعلیم دلوائی ہے لیکن میں آج اپنی تعلیمی قابلیت سے کہیں کم درجے پر ملازمت کرنے پر مجبور ہوں۔ یہی حال اس ملک کے لاکھوں دوسرے افراد کا ہے اور تعلیم یافتہ

”تم بہت دشمنی ہو اور ایسے

رسول اکرم ﷺ

کا ارشاد پاک ہے:

”پہلوان وہ نہیں جو کشتی

میں غالب ہو۔

پہلوان وہ ہے جو غصہ میں

اپنے مزاج پر قابو رکھے۔“

(بخاری شریف)

مراقبہ ہال اٹک

نگراں: ڈاکٹر احمد ممتاز

بالمقابلہ شکر درہ موڈ، نزد پر امری اسکول

شین باغ خورد، اٹک شہر۔ پوسٹل کوڈ 43600

فون: 0300-9708117

ایسے ممالک جنہیں ساحل سمندر کی نعمت میسر نہیں ہیں۔

ایشیا	افغانستان، نیپال، بھوٹان، لاؤز، منگولیا، قازکستان، کرگزستان، تاجکستان، ترکمانستان، ازبکستان، آرمینیا، آذربائیجان، ناگورنو کاراباخ، ساوتھ آسٹریا
یورپ	آسٹریا، چیک، سلواکیہ، ہنگری، کوسوو، سربیا، ایٹلی، لیتھونیا، لٹویا، یونین، میکسیکو، نیپال، آسٹریا، لکسمبرگ، مولڈوا، سان مارینو، سلوینیا اور سوئٹزر لینڈ
افریقہ	برکینا فاسو، برنڈی، چاڈ، ممالی، نائجیر، روانڈا، بوٹینا، ایتھوپیا، جنوبی سوڈان، بوسوانا، ملاوی، زیمبیا، زمبابوے، لیسوتھو، سوازی لینڈ اور وسطی افریقہ
امریکہ	بولویا، پیراگوئے

ایسے ممالک، جزائر اور نوآبادیاتی ریاستیں جہاں دریا نہیں ہیں۔

بحرین، کروی بائی، الماریپ، مارشل آئی لینڈ، ناڈرو، موناکو، ٹوٹو، ٹوالو، اٹولیا، برمودا، کرسمس آئی لینڈ، کوکوز آئی لینڈ، ایٹر آئی لینڈ، نارفوک، نیوے ہیٹ، کیرین آئی لینڈ، سینٹ ہلینا، ٹریسٹرا، ٹوکیلاؤ۔

سونے کے ذخائر پائے جاتے ہیں جن کی مجموعی مالیت 500

ارب ڈالر ہے۔ سندھ میں تھر کے مقام پر 90 فٹ گہرے کوئلے کے ذخائر وہ زیر زمین دولت ہے، جو سعودی عرب اور ایران کے تیل کے مجموعی ذخائر سے زیادہ ہیں۔ پاکستان میں کوئلے کے دنیا کے سب سے بڑے ذخائر 185 ارب ٹن کے لگ بھگ ہیں جو زیادہ تر سندھ میں تھر اور لاٹھڑا کے مقام پر ہیں۔ اس وقت دنیا میں یورپ کے بہت سے ممالک اپنی بجلی کی 70 فیصد سے 80 فیصد ضروریات کوئلے سے بجلی حاصل کر کے پورا کر رہے ہیں لیکن ہماری یہ بد نصیبی ہے کہ پاکستان میں کوئلے کے اتنے بڑے ذخائر ہونے کے باوجود ہم کوئلے سے ایک فیصد بجلی بھی پیدا نہیں کر رہے، جس کی ایک وجہ پاکستان میں وہ مٹی نیشنل اسٹیل کمپنیاں بھی ہو سکتی ہیں جو یہ نہ چاہتی ہوں کہ پاکستان میں ان کی تیل کی سپلائی میں کمی آئے اور اس وجہ سے ان کمپنیوں نے اب تک کوئلے سے بجلی پیدا کرنے کی

کوئی پالیسی بننے نہ دی ہو۔ ذرا اندازہ لگانے کے قدرت کے عطا کردہ کوئلے کے ان ذخائر کے صرف 2 فیصد استعمال سے بجلی کی بیس ہزار میگاواٹ پیداوار حاصل کی جاسکتی ہے اور وہ بھی چالیس سال تک کی طویل مدت تک بغیر کسی لوڈ شیڈنگ کے۔ ایسی سائنسدان ڈاکٹر شرمہارک مندا کا تو یہ بھی کہنا ہے کہ کوئلے کے یہ ذخائر ہمیں پانچ سو سال تک بجلی پیدا کر کے دے سکتے ہیں۔

زراعت کی طرف آجائیں تو پاکستان دنیا بھر میں پنے کی پیداوار میں دوسرے نمبر پر جبکہ کپاس، چاول اور خوبانی کی پیداوار میں چوتھا بڑا ملک ہے۔ پاکستان دودھ کی پیداوار میں پانچواں، گندم اور گھجور کی پیداوار میں چھٹا، آم کی پیداوار میں ساتواں، مالے اور گنکترے کی پیداوار میں آٹھواں اور حلال گوشت کی پیداوار میں دنیا کا سولہواں بڑا ملک ہے۔ کپاس کے استعمال سے ہماری

بے روزگاریوں کی بڑی تعداد اس کے علاوہ ہے۔

”اللہ نے تمہیں پاکستان کی شکل میں کتنی بڑی دولت سے نوازا ہے تمہیں اس کا کچھ اندازہ بھی ہے...؟“

”جی حضرت! ان کل تو کراچی، لاہور، حیدرآباد، فیصل آباد اور گجرانوالہ جیسے صنعتی شہروں میں آٹھ سے دس گھنٹے بجلی کی لوڈ شیڈنگ ہوتی ہے۔“

”بیٹا! ان بڑے دنوں کی ذمہ داری کسی اور پر نہیں خود

اس قوم کے لوگوں پر ہے۔ قدرت نے تو اس قوم کو بے انتہا

نوازا ہے یہاں اتنے وسائل موجود ہیں کہ پاکستان سے دنیا

کے کئی ملکوں کو بجلی ایکسپورٹ کی جاسکتی ہے اور اگر پاکستانی

گھر کو ہزار یونٹ ماہانہ بجلی مفت میں ہی فراہم کر دی جائے

تب بھی صرف بجلی کی دوسرے ملکوں کو ایکسپورٹ سے ہی

بہت منافع کیا جاسکتا ہے۔ یہ تو ہم ہی ناشکرے ہیں کہ قدرت

کی عطا کردہ خزانوں کا صحیح استعمال کرنے کے بجائے سٹیکول

ہاتھ میں لیے کبھی کسی ملک سے کبھی کسی ادارے سے قرض

کے نام پر بھیک مانگتے پھرتے ہیں۔“

انتا کہہ کر بزرگ نے کچھ جلالی انداز میں مجھے حکم دیا

کہ ”جاؤ... ذرا چھوٹی موٹی تفصیلات تو جمع کر کے لاؤ۔“

بزرگ کے حکم کی تعمیل میں میں نے پاکستان کو ملی

ہوئی چند نعمتوں کا جائزہ لیا۔ مجھ پر واضح ہوا کہ قدرت نے

پاکستان کو ایک ہزار کلومیٹر کے لگ بھگ ساحلی پٹی سے

نوازا رکھا ہے، جبکہ دنیا کے بہت سے ممالک ایسے ہیں

جنہیں ساحلی علاقے اور بندرگاہیں میسر نہیں ہیں اور وہ

کامل طور پر اپنے پڑوسی ملکوں پر انحصار کرنے پر مجبور

ہیں۔ ہمارے ملک میں کئی دریا ہیں جبکہ دنیا کے بعض

ممالک اس نعمت سے قطعی طور پر محروم ہیں۔

ہمارے ملک میں 6 لاکھ مربع اسکوائر میٹر کے رقبے

میں دھاتی اور غیر دھاتی معدنی ذخائر موجود ہیں۔ دنیا کی

سب سے بڑی سونے اور تانبے کی کان پاکستان میں ہے۔

ریکوڈک میں تانبے کے 22 ارب پاؤنڈ اور 13 ملین اونس

جناب! ہماری تو قسمت ہی خراب ہے...!“

”قسمت کو برکت مت کہو... پاکستان تو دنیا کے امیر ترین

ملکوں میں شامل ہے۔ ان ملک کے نوجوان بے روزگار ہیں یا

یہاں غربت پھیل رہی ہے تو اس کی ذمہ داری کسی اور پر

نہیں بلکہ خود یہاں کے اہل برکت ہوتی ہے۔“

یہ کہتے ہوئے بزرگ کے لہجے میں ناراضگی بلکہ غصہ

صاف محسوس ہو رہا تھا۔

”جو قومیں اللہ کی دی ہوئی نعمتوں کی قدر نہیں

کرتیں، نعمتوں کا شکر ادا نہیں کرتیں، وہ قومیں اپنے لیے

تکلیف اور پریشانیوں کا انتخاب خود ہی کرتی ہیں۔“

”حضرت! آپ کا ارشاد سر آٹکھوں پر لیکن مجھ

کم عقل کی سمجھ میں براب نہیں آ رہی کہ کون ہو گا جو

خوشحال ہوتا ہے۔“

”بیٹا! چند باتیں اچھی طرح سمجھ لو۔ کسی شخص کا یا قوم

کا خواہشیں کرنا بہت آسان ہے۔ اپنی خواہشات کو حقیقت

میں بدلنے کے لیے اہتمام کی اور درست سمت میں

کوششوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر یہ کوششیں نہ کی

جائیں تو خواہشات حسرتوں میں بدلنے لگتی ہیں۔ انسان پھر

بھی بے عمل رہے تو حسرتیں مایوسیوں میں تبدیل ہو جاتی

ہیں۔ حسرتیں اور مایوسیاں دراصل ناقص سوچ، سستی،

بے عملی اور کم ہمتی سے جنم لیتی ہیں۔“

بزرگ کی یہ باتیں کچھ تو سمجھ میں آ رہی تھیں لیکن

کچھ اور پر سے ہی گزر رہی تھیں، میں نے سوچا کہ اہتمام اور

کوشش کے لیے بھی کوئی بنیاد ہونی چاہیے یعنی زمین ہوگی

تو اس میں دانہ ڈالا جائے گا اور اس پر فصل کے لیے دیگر

کوششیں پھر کی جائیں گی۔ وسائل ہی میسر نہ ہوں تو قابل

سے قابل آدمی بھی کیا کر سکتا ہے...؟

بزرگ نے شاید ایک مرتبہ پھر میرا ذہن پڑھ لیا تھا۔

ٹیکسٹائل کی صنعت کروڑوں افراد کو روزگار فراہم کرنے کے علاوہ ایکسپورٹ سے دس ارب ڈالر سے زائد کا زرمبادلہ کماری ہے۔ پاکستان کا باسٹی چاول اپنی کواٹی کے اعتبار سے دنیا میں سب سے بہترین چاول تسلیم کیا گیا ہے اور اس وقت ہماری چاول کی ایکسپورٹ تقریباً 2 ارب ڈالر تک پہنچ گئی ہے۔ پاکستان دنیا میں سب سے زیادہ گھی پیدا کرنے والا ملک ہے۔

پاکستان کو اللہ تعالیٰ نے چاروں موسم عطا کیے ہیں۔ یہاں قدرت کے عجوبے، جمیل سیف الملوک، جمیل شاندر، جمیل وودی پت سر، کنول جمیل، زلزل جمیل، بالیچی جمیل اور دیگر اسی طرح کی کئی جمیلیں ہمارے ملک میں موجود ہیں جس کی وجہ سے یہ جگہ ایشیاء کے پرندوں کا سب سے بڑا مسکن ہے۔ اور سب سے بڑی نعمت جو اللہ نے پاکستان کو عطا کی ہے وہ یہ ہے کہ پاکستان کی آبادی کا تقریباً 60 فیصد نوجوانوں پر مشتمل ہے، جو ہمارے ملک کا ایک نہایت قیمتی سرمایہ ہیں۔

یہ ساری تفصیلات لے کر میں بھی حضرت کی خدمت میں حاضر ہوا میری باتیں سن کر فرمانے لگے۔

”یہ جو کچھ تم نے بتایا ہے، یہ پاکستان پر قدرت کی نوازشات کا صرف ایک حصہ ہے۔ پاکستان پر قدرت کی نوازشات اس سے بھی زیادہ ہیں۔ مگر افسوس یہ قوم قدرت کی نعمتوں کی قدر نہیں کر رہی۔“

میں خاموشی سے حضرت کی بات سنتا رہا۔ کمرے میں کچھ دیر خاموشی رہی۔ اس سکون کو حضرت کی آواز نے ہی توڑا، دریافت فرمایا:

”یہ تو بتاؤ کہ امریکی ڈالر آج کل کتنے کا چل رہا ہے۔“

”حضرت! ڈالر بہت مہنگا ہو گیا ہے۔“

”ڈالر مہنگا ہوا ہے، یا روپیہ سستا ہو گیا ہے۔“

بد عنوان لیڈروں اور پالیسی سازوں کی مکاریوں نے روپے کو کمزور کیا ہوا ہے۔ روپے کی یہ ناقدری ایک سازش کا نتیجہ ہے۔ اس سازش میں غیر تو شامل ہیں بعض ایہوں کے ناپاک ہاتھ بھی اس سازش میں ملوث ہیں۔“

”حضرت! اس میں غریب پاکستانی عوام کا تو کوئی قصور نہیں ہے۔ بے قصور اور مجبور لوگ مسلسل تکلیف اٹھا رہے ہیں۔“

یہ سن کر حضرت نے فرمایا:

”بے شک عام لوگ، غریب لوگ براہ راست ان کاموں میں شامل نہیں ہیں، لیکن عام لوگوں نے برائیوں کے خاتمے کے لیے کوئی عملی قدم بھی تو نہیں اٹھایا۔ اس کے برعکس پاکستان میں عام آدمی نے رشوت، ذخیرہ اندوزی، ملاوٹ بد عنوانی کو معمول سمجھ کر قبول نہیں کر لیا۔“

”حضرت! عام لوگ، غریب لوگ کبھی کیا کتے ہیں؟“

بڑے بڑے افسران اگر ملاوٹ کرنے والوں کی، ذخیرہ اندوزوں کی سرپرستی کرنے لگیں یا ان کے پارٹنر بن جائیں تو وہاں کے غریب لوگ تکلیفیں سہنے کے سوا اور کیا کر سکتے ہیں۔“

یہ سن کر حضرت نے فرمایا ”ان بد عنوانیوں کے خلاف، لاقانونیت کے خلاف اگر اس ملک کے عوام متحد ہو کر جدوجہد کرنے پر تیار ہو جائیں تو ظلموں کو اپنا بوریہ بستر یہاں سے پھینٹا پڑ جائے گا۔“

”حضرت! اس ملک کے عوام کے لیے دعا فرمائیں کہ انہیں رہبر اور رہزن میں تیز کی توفیق عطا ہو، یہ چھوٹے چھوٹے تعصبات سے باہر آکر قوم کے مفاد کی خاطر جدوجہد اور کوشش کے لیے تیار ہو جائیں۔“

اس درخواست پر حضرت نے فرمایا:

ملتان کو اولیاء اللہ کی سرزمین کہا جاتا ہے۔ یہاں متعدد نامور بزرگان دین کے مزارات ہیں۔ جن میں حضرت مخدوم بہاء الدین زکریا، ان کے پوتے شاہ رکن عالم، حضرت شمس الدین سبزواری اور حضرت شاہ جمال خاص طور پر قابل ذکر ہیں۔

شیخ بہاء الدین زکریا، ملتان میں تقریباً پچاس سال سے کچھ زائد عرصہ تک خلق خدا کو فیض پہنچانے میں مصروف رہے۔ آپ کی عظیم الشان خانقاہ قرون وسطیٰ کے ہندوستان میں صوفیانہ تعلیمات کی تبلیغ و ترویج

میں مصروف رہے۔ آپ کی عظیم الشان خانقاہ قرون وسطیٰ کے ہندوستان میں صوفیانہ تعلیمات کی تبلیغ و ترویج

میں مصروف رہے۔ آپ کی عظیم الشان خانقاہ قرون وسطیٰ کے ہندوستان میں صوفیانہ تعلیمات کی تبلیغ و ترویج

میں مصروف رہے۔ آپ کی عظیم الشان خانقاہ قرون وسطیٰ کے ہندوستان میں صوفیانہ تعلیمات کی تبلیغ و ترویج

میں مصروف رہے۔ آپ کی عظیم الشان خانقاہ قرون وسطیٰ کے ہندوستان میں صوفیانہ تعلیمات کی تبلیغ و ترویج

میں مصروف رہے۔ آپ کی عظیم الشان خانقاہ قرون وسطیٰ کے ہندوستان میں صوفیانہ تعلیمات کی تبلیغ و ترویج

میں مصروف رہے۔ آپ کی عظیم الشان خانقاہ قرون وسطیٰ کے ہندوستان میں صوفیانہ تعلیمات کی تبلیغ و ترویج

شیخ الاسلام

بہاء الدین زکریا ملتانی

کا ایک بہت بڑا مرکز بن گئی تھی۔ سلطان شمس الدین اتش نے آپ کو شیخ الاسلام کے عہدے پر مقرر کیا اور یہ عہدہ ایک مدت تک آپ کے خاندان میں قائم رہا۔
 شیخ بہاء الدین کے سلسلہ طریقت کو زیادہ تر سندھ اور پنجاب میں فروغ حاصل ہوا۔ آپ کے مریدین ہرات، ہمدان، اور بخارا میں بھی تھے۔

(گذشتہ صفحہ سے بیوستہ)

حضرت شیخ نے ایک ایک کبوتر یہاں حاضر اپنے ہر مرید کو دیا اور ان سے فرمایا:
 ”تم لوگ ان کبوتروں کو ایسی جگہ جا کر ذبح کرو جہاں تمہیں دیکھنے والا کوئی نہ ہو۔ یہ کام نمٹا کر میرے پاس واپس آؤ۔“

تمام مرید کبوتر لے کر چلے گئے۔ تمام مریدوں نے کسی نہ کسی جگہ گوشہ تنہائی تلاش کر ہی لیا۔ وہاں بیچڑا طہیمان سے کبوتر کو ذبح کیا اور اس ذبیحہ کو لے کر مرشد کے حجرے کے سامنے حاضر ہوتے رہے۔ ایک ایک کر کے سارے مرید واپس آگئے مگر ان میں ملتان کے بہاء الدین شامل نہیں تھے۔

وقت گزر چکا تھا۔ بہاء الدین کی واپسی میں تاخیر شیطان کو موقع دے رہی تھی کہ وہ انسانی نفس کے شراروں کو دہکاے

شیطان انسان کا گھلا دشمن ہے۔

محمد اقبال جیلانی

وہ انسان کو تکلیف دینے یا نقصان پہنچانے کا کوئی موقع ضائع نہیں کرتا۔
 شیخ شہاب الدین نے اپنے مرید باصفا بہاء الدین پر مہربانیاں فرمائیں، اس موقع پر بھی مریدوں کے دل میں حسد کا احساس شیطان نے ہی بھڑکایا تھا۔

ایسے واقعات سنتے ہوئے یا پڑھتے ہوئے یہ خیال آتا ہے کہ اولیاء اللہ کی زیر تربیت اصحاب کو تو دنیاوی خرابیوں سے، نفس کی آلودگیوں سے محفوظ ہونا چاہیے، ان لوگوں

ان میں موجود کوئی مرید رات گئے تک آپس میں چہ میگوئیاں کرتے رہے۔ مختلف حضرات مختلف خیالات کا اظہار کر رہے تھے۔ بعض حضرات بہاء الدین پر رشک کر رہے تھے اور ان کے درجات کی مزید بلندیوں کے لئے دعا کر رہے تھے۔ لیکن تین چار لوگ ایسے بھی تھے جو یہ سمجھ رہے تھے کہ ان کے ساتھ نا انصافی کی گئی ہے۔ ایسے ہی ایک صاحب کہنے لگے کہ ان کی برسوں کی ریاضتوں کا اور مرشد کی خدمتوں کا کوئی نتیجہ نہیں نکلا، مرشد نے خرقہ طحائف ایک نووارد کو عنایت کر دیا۔۔۔

اور حضرت شیخ اپنے مریدوں کی ان منفی کیفیات کو اپنے قلب میں محسوس فرما رہے تھے۔ مرشد نے چاہا کہ اس موقع کو بھی مریدوں کی تربیت کے لئے استعمال کیا جائے۔

صبح ہوئی تو حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی نے رات کو مصروف گفتگو رہنے والے ان تمام افراد کو اپنے حجرہ خاص میں طلب کیا۔ مرید ایک ایک کر کے حجرہ میں آتے رہے، سلام اور دست بوسی کے بعد ادب و احترام کے ساتھ سر جھکا کر کھڑے ہوتے رہے۔ بہاء الدین کو بھی حاضری کا حکم ہوا۔

حضرت شیخ تھوڑی دیر خاموش رہے پھر ایک خادم کو حکم دیا کہ باہر جا اور چند کبوتر لاؤ۔ جب کبوتر آگئے تو

پر دوسوں اور شیطانی خیالات کا غلبہ نہیں ہونا چاہیے۔ اس موقع پر اس خیال کا آثار عمل ہے۔
 اولیاء اللہ کی عظیم المرتبت ہستیوں سے وابستہ تصورات، نظریات اور ان سے وابستہ توقعات ایسے خیالات کو زیادہ تقویت دیتی ہیں۔

یہاں یہ حقیقت سامنے رکھنا ضروری ہے کہ جو لوگ اللہ کی راہ میں آگے بڑھنا چاہتے ہیں، اللہ کے قرب کی خاطر تزکیہ کے مشکل مقامات سے گزرنا چاہتے ہیں، ایسے لوگ شیطان کا نشانہ زیادہ بنتے ہیں، شیطان کبھی دوسوں کے ذریعے، کبھی بے یقینی کے ذریعے، کبھی حسد کے ذریعے، کبھی فکر اور مختلف خیالات کے ذریعے ایسے لوگوں کو شک میں مبتلا کرنا چاہتا ہے۔ ایسا ہی ایک خیال یہ بھی ہے کہ میں اتنے عرصے سے مرشد کی خدمت کر رہا ہوں آخر مجھے کیا صلہ ملا۔۔۔؟

اس کے علاوہ یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ اولیاء اللہ کے دربار میں جانے والے بہت سے لوگ دراصل دنیا کی طلب رکھتے ہیں۔ ایسے لوگ مرشد کی توجہ کا اثر مادی کامیابیوں کی شکل میں دیکھنا چاہتے ہیں۔

بہاء الدین کے نوازے جانے پر کئی مریدوں کے احساسات ان کی اپنی اپنی سوچ کے غماز تھے۔ ایسا موقع شیطان کے لئے بہت خوشی کا باعث ہوتا ہے۔ لیکن شیخ شہاب الدین پر اللہ کا فضل تھا۔ آپ شیطان کی چالوں کو خوب سمجھ رہے تھے۔ اس دربار میں شیطان کو آخر کار مایوسی ہی ملنا تھی۔

حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی کو اپنے خلیفہ اکبر کا انتظار تھا۔ بہت دیر کے بعد آخر بہاء الدین اس حالت میں تشریف لائے کہ زندہ کبوتر آپ کے ہاتھ میں موجود تھا۔

یہ منظر دیکھ کر وہاں موجود افراد میں سے چند لوگ

بہت خوش ہوئے اور دل ہی دل میں کہنے لگے۔ ”یہ ہیں وہ صاحب جنہیں بغیر محنت کے خلافت کبریٰ حاصل ہو گئی ہے۔ اب مرشد کو اندازہ ہو گا کہ یہ کس قدر نادران شخص ہے۔ اب تو یہ پیر و مرشد کے غضب سے محفوظ نہیں رہے گا۔ جو دولت عظمیٰ اسے کسی مشقت کے بغیر راتوں رات حاصل ہو گئی ہے اب سلب ہو جائے گی۔“

ابھی وہ یہ سوچ ہی رہے تھے کہ حضرت شیخ ان سب سے مخاطب ہوئے۔

”تم لوگوں نے میری ہدایت کے مطابق ان پرندوں کو ذبح کیا ہے۔۔۔؟“

”شیخ محترم! اس میں کیا شک ہے۔“
 تمام لوگوں نے بیک زبان عرض کیا۔
 ”ہم تو پیر و مرشد کی نافرمانی کا تصور بھی نہیں کر سکتے۔“

حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی نے یہ جواب سنا پھر آپ بہاء الدین سے مخاطب ہوئے
 ”بہاء الدین! تم نے اس کبوتر کو ذبح کیوں نہیں کیا۔۔۔؟“

”سیدی! آپ کے حکم کی تعمیل میرے پیش نظر تھی۔ اس حقیر و عاجز کو ایسی کوئی جگہ نہ ملی جہاں آپ کے فرمان کے مطابق اس پرندے کو ذبح کیا جائے۔“

اب یہ غلام کیا کرتا۔۔۔؟“
 بہاء الدین زکریا نے نہایت عاجزی سے عرض کیا۔
 ”اور تم بہت دیر سے بھی آئے۔“ حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی نے فرمایا۔

”یہ خادم، گوشہ تنہائی کی تلاش میں تھا۔“ اگر یہ غلام ساری زندگی جستجو میں گزار کے آتا، تب بھی اس عاجز کا یہی جواب ہوتا۔ پوری کائنات میں کہیں کوئی گوشہ تنہائی

یہ حقیر جہاں بھی گیا... حق تعالیٰ کو حاضر و ناظر پایا۔

”تم نے سچ کہا بہاء الدین!“

حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی کا بھیر مسرت سے لبریز تھا۔ پھر آپ نے اپنے ان مریدوں کی طرف دیکھ کر فرمایا

”اور تم لوگوں کو گوشہ تنہائی کیسے میسر آگیا...؟“ تمام لوگوں کی گردنیں نہامت سے جھک گئیں۔

حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی نے دوبارہ اپنے مریدوں کو حکم دیتے ہوئے فرمایا

”تم سب لوگ جنگل میں چلے جاؤ اور گھاس کاٹ کر لے آؤ۔“

اب مریدین یہ تو جان گئے تھے کہ جس طرح بوتر کو ذبح کرنا ایک امتحان تھا، اسی طرح جنگل سے گھاس لانا بھی ایک آزمائش ہے مگر کسی کی سمجھ میں نہیں آ رہا تھا کہ شیخ کے اس حکم میں کون سا نکتہ پوشیدہ ہے...؟

جب تمام مرید جنگل سے واپس آئے تو ان کے ہاتھوں میں سرسبز گھاس کے گنھر تھے۔ اس کے برعکس بہاء الدین کے پاس سوکھی گھاس تھی۔

حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی نے اپنے دوسرے مریدوں سے پوچھا ”تم یہ ہری بھری گھاس کیوں لائے...؟“

”سرکار! ہم نے خیال کیا کہ آپ یہ گھاس مویشیوں کو کھلانے کے لیے منگوا رہے ہیں چنانچہ ہم نے سرسبز گھاس کاٹی تاکہ مویشی سیر ہو کر کھا سکیں۔“

”اور بہاء الدین! تم یہ خشک گھاس کس لیے اٹھا لائے...؟“

آخر میں حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی نے

اپنے خلیفہ اکبر سے دریافت کیا۔

”سیدی! جنگل میں سرسبز گھاس کی تو کمی نہیں تھی مگر میں جہاں بھی گیا، اسے یاد الہی میں مصروف پایا۔“

بہاء الدین نے عرض کیا ”مجھے اچھا نہیں لگا کہ اسے یاد الہی سے محروم کروں۔ چونکہ خشک گھاس ذکر الہی سے فارغ تھی، اس لیے اسے کاٹ کر بیر و مرشد کی خدمت عالیہ میں پیش کر دیا۔“

اپنے خلیفہ اکبر کا جواب سن کر حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی نے تسم فرمایا اور پھر دوسرے مریدوں سے مخاطب ہوئے۔

”اب تم لوگوں کی سمجھ میں آیا کہ بہاء الدین کو خلافت کبریٰ کیوں دی گئی ہے...؟“

حضرت شیخ شہاب الدین کی جانب سے کروائی گئی اس مشق کے ذریعے جہاں موجود لوگوں کو بہاء الدین کی اعلیٰ صفات، ان کی سوچ میں پیغمبرانہ طرز فکر کی نورانیت، اللہ تعالیٰ کی قدرت پران کے پختہ ایمان اور ان کے نفس کے شاندار تزکیہ کا ادراک ہو گیا تھا۔ مرشد کی جانب سے التفات اور عطا پر بھی ان کے قلوب نقیبن سے بھر گئے تھے۔

حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی کے وہ مرید جو بیر و مرشد کے فیصلے کا پس منظر نہ سمجھتے تھے اور اپنی کم علمی کی وجہ سے اپنے دل میں تنگی محسوس کرتے تھے نام و شرمسار نظر آنے لگے۔

مرشد کی مہربانیوں سے لوگوں کو اطمینان مل گیا تھا۔ وہ سب خوش تھے۔

مرشد کی تربیت کا یہ انداز اور اس کے یہ اثرات دیکھ کر شیطان اداس ہو رہا تھا۔

کچھ دیر بعد حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی فرمایا:

”مرید پر لازم ہے کہ وہ مرشد کے فیصلے سے اختلاف نہ کرے اور اپنے دل و دماغ کو اماندیشوں کے غبار سے آلودہ نہ ہونے دے۔“

دوستو! تم سب گیلی لکڑی کی مانند ہو جس پر آگ جلدی اثر نہیں کرتی۔ اسے جلانے کے لیے شدید محنت درکار ہوتی ہے... مگر بہاء الدین سوکھی لکڑی کی طرح ہیں کہ ایک ہی چھونک میں بھوک اٹھے اور عشق الہی کی آگ نے اسے اپنی لپیٹ میں لے لیا۔“

”حق یہ حق دار رسید...“

حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی نے اپنے مریدوں کو مخاطب کرتے ہوئے فرمایا ”دنیا میں کوئی کام توفیق الہی کے بغیر نہیں ہوتا اور مشیت الہی یہ ہے کہ بہاء الدین ذکر الہی اور خلیفہ اکبر ہے جو اس کی طرف اپنے دل صاف رکھے گا، اسے دونوں جہان کی سعادتیں اور برکتیں حاصل ہوں گی... اور جو اپنے دل و دماغ کو خشک اور حسد کے غبار سے آلودہ کرے گا، وہ کسی کا کچھ نہیں بگاڑے گا۔ صرف اپنی دنیا اور آخرت سے ایک خطرناک کھیل کھیلے گا۔“

یہ مریدوں کے لیے تعمیر بھی تھی اور ہدایت بھی۔ بہاء الدین اپنے مرشد کی خدمت میں رہ کر تربیت اور تزکیہ کے مزید مراحل طے کرتے رہے۔

ایک دن حضرت شہاب الدین نے حضرت زکریا ملتانی کو خلوت میں طلب کیا اور ایک انار کو آپ کی طرف بڑھاتے ہوئے فرمایا

”لو... اسے کھاؤ۔“

یہ صرف تمہارے لیے ہے۔“

بہاء الدین نے نہایت ادب سے وہ انار لے لیا۔ اتفاق سے اس انار کا ایک دانہ زمین پر گر پڑا۔ آپ نے فوراً وہ دانہ اٹھا کر منہ میں رکھ لیا۔

”تم نے زمین پر پڑا ہوا دانہ کیوں کھا لیا...؟“

حضرت کا عظیم تھا، رائیگاں کیسے جانے دیتا۔“

بہاء الدین نے نہایت عاجزی کے ساتھ عرض کیا۔

”جانتے ہو، وہ انار کا دانہ دراصل دینا تھی۔“

یہ سن کر حضرت بہاء الدین ذکر الہی نے شرمندگی کے مارے سر جھکا دیا۔ سوچنے لگے کہ کہیں عرفان و معرفت کی دولت ہاتھ سے چلی تو نہ جائے گی۔

”گنہگار نہیں۔“ مرشد نے آپ کی ذہنی کیفیت کو محسوس کرتے ہوئے فرمایا

”دنیا تمہارا کچھ نہیں بگاڑ سکے گی۔ اللہ کی مہربانیوں کے ساتھ تم دنیا پر بھی حکمرانی کرو گے اور روحانی عالم میں بھی تمہارا مقام بلند ہو گا۔“

یہ شہاب الدین سہروردی کی دعاؤں کا ہی ثمر تھا کہ حضرت بہاء الدین ذکر الہی کے پاس دولت کی فراوانی رہی۔ آپ کے خزانے ہمیشہ بھرے رہے لیکن معرفت کے سفر میں یہ دولت آپ کی راہ میں کبھی حائل نہ ہو سکی۔

اس حقیقت کی گواہی تاریخ کے صفحات آج بھی دیتے ہیں۔

حضرت بہاء الدین ذکر الہی نے جب ملتان واپس تشریف لائے تو زراعت و تجارت کو ذریعہ معاش بنایا۔ آپ کے ہاں اتنے بڑے پیمانے پر زراعی اجناس کی کاشت ہوئی کہ دولت کے ڈھیر لگ جاتے۔

آپ نے ملتان میں ایک نہایت عمدہ اور عالیشان محل تعمیر کروایا اور ایک بہت بڑی طعام گاہ بنوائی۔ اس طعام گاہ میں لوگ کسی بھی وقت آکر بلا معاوضہ کھانا کھا سکتے تھے۔ آپ کی تجارت سے بہت سے ملازم اور کارندے وابستہ تھے۔

حدیثِ تدریسی ہے:

اللہ تعالیٰ فرماتا ہے ”اے آدم کے بیٹے خرچ کر، کہ میں بھی تیرے اوپر خرچ کروں“....

پھر حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ ”اللہ کا ہاتھ بھرا ہوا ہے رات دن کے خرچ کرنے سے کچھ کم نہیں ہوتا“۔

(مسلم شریف)

مراقبہ بال لاڑکانہ

نگراں: نظام الدین چٹہ

پبلر سر مست ہاؤسنگ کالونی۔ اقرار اسکول روڈ

لاڑکانہ۔ پوسٹ کوڈ 77150

فون: 0344-3862772

ڈال دیا۔ اللہ تعالیٰ نے اپنی رحمت اور فضل و کرم سے واقعی کوزے میں دریا بند کر دیا۔ سیلاب آن واحد میں اس طرح ختم ہو گیا جیسے کبھی پانی آیا ہی نہ تھا، پھر سیلاب زدگان اور بے گھر لوگوں کی آباد کاری کے لیے آپ نے اپنے خزانوں کے منہ کھول دیئے۔ لاکھوں روپے اور منوں اناج متاثرہ خاندانوں میں تقسیم کیا گیا۔

آپ اپنے خدام سے فرمایا کرتے تھے ”گھر میں بھتا رو پیہ اور گندم چاول ہوں ان کو شام سے پہلے پہلے ختم کر دیا کرو۔ ایسا نہ ہو کہ مال و اسباب ہمارے گھر میں پڑا رہے اور غریب بھوکے مرتے رہیں۔ اور ہوتا بھی یہی تھا کہ آپ اپنا خزانہ شام کو خالی کرواتے اور اللہ کی رحمت سے صبح تک بھر دولت کی دہلی ہی ریل چل ہو جاتی۔ لنگر اسی انداز سے پکاتا۔ پیسہ، کپڑا اور اناج اسی رفتار سے تقسیم ہوتا۔ لوگ ڈور ڈور سے بہاء الدین زکریا کے لنگر سے کھانا کھانے آیا کرتے تھے۔ آپ کا یہ معمول تھا کہ آپ لوگوں کو پیٹ بھر کر اور مختلف النوع کے کھانے کھلاتے مگر خود چوبیس گھنٹوں میں صرف ایک مرتبہ کھانا کھاتے تھے۔

یہ شیخ شہاب الدینؒ کی دعا کا اثر تھا کہ آپ کی طبیعت میں انکساری کا عنصر ہمیشہ نمایاں رہا۔ اپنے تمام کام اپنے ہاتھ سے کر لیا کرتے۔ کسی کام کو اس لیے نہ روک رکھتے تھے کہ خادم آکر کرے گا۔ بعض اوقات خدام کی موجودگی میں بھی اپنا کام خود کر لیا کرتے تھے۔ آپ کو ایسی باتیں جن میں شخصیت پرستی کی جھلک نظر آتی تھی، سخت ناپسند تھیں۔ آپ فرماتے:

”اللہ تعالیٰ نے تمام انسانوں کو ایک جیسا بنایا ہے، پھر تفریق کیوں کی جائے۔“

(حبادی ہے)



فکر مند تھا۔ اس مشکل وقت میں حضرت بہاء الدین زکریا ملتانی نے حاکم ملتان کو پزاروں من غلہ بھجوایا تاکہ لوگوں کی ضروریات پوری ہو سکیں۔ غلہ کی پوریوں میں سے تقریباً سکوں کے سات کوزے بھی نکلے۔ حاکم ملتان نے سوچا شاید یہ نکلے غلطی سے آگئے ہیں، چنانچہ واپس بھجوادیئے۔

حضرت زکریا ملتانی نے جواب میں اسے لکھا ”یہ کوزے ہم نے لوگوں کے لیے بھیجے ہیں۔ ان کو ضرورت مندوں میں تقسیم کر دیا جائے۔ ہمارا ان سے اب کوئی واسطہ نہیں۔ یہ اللہ نے ہمیں دیا تھا اور ہم یہ قرض زیادہ دیر تک اپنی جان پر نہیں رکھ سکتے۔“

اسی طرح جب منگولوں نے ملتان کا محاصرہ کر لیا اور ہرات کا حکمران بھی اس کے ساتھ مل گیا تو حضرت شیخ نے حملہ آور منگول جرنیل سے ملاقات کی اور فرمایا کہ ملتان پر حملہ نہ کرے۔ اس نے حملہ نہ کرنے کے عوض ایک لاکھ دینار طلب کیے۔ حضرت زکریا ملتانی نے اپنے ذاتی سرمائے میں سے ایک لاکھ دینار منگولوں کو دے کر تاتاری لشکر کے غذاب سے ملتان کو نجات دلائی اور حملہ آور محاصرہ اٹھا کر واپس چلے گئے۔

ایک مرتبہ دریا میں زبردست طغیانی آگئی اور پانی کپساروں اور میدانوں کو چیرتا ہوا جا رہا تھا۔ کئی گاؤں سیلاب کی نذر ہو گئے۔ ایک قیامت برپا تھی۔ لوگوں کے گھر، اسباب و اثاثہ، بوی بیچے دریا کی لہریں اپنے ساتھ بہانی جا رہی تھیں۔ حضرت بہاء الدین زکریا کی خدمت میں لوگوں نے عرض کی

”یا حضرت! اللہ پاک سے دعا فرمائیے کہ وہ ہمیں اس قیامت خیز سیلاب سے نجات دلائے۔“

آپ نے اپنا کوزہ لوگوں کو دیا اور فرمایا ”یہ کوزہ لے جاؤ اور اس کو دریا میں ڈال دو۔“

لوگوں نے آپ کے حکم کی تعمیل کی اور دریا میں کوزہ

محبزات نبوی ﷺ

بڑھاپے میں بھی حسن و جمال برقرار رہا

حضرت عمرو بن الخطابؓ نے رسول اکرم ﷺ کے ساتھ کئی غزوات میں حصہ لیا تھا اور اپنی بہادری کے جوہر دکھائے تھے۔ ایک مرتبہ عمرو بن الخطابؓ رسول پاک ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے، تو آپ ﷺ نے ان کے سر اور چہرے پر دست مبارک پھیرا اور ان کے حسن و جمال کے لیے دعا فرمائی۔

حضرت عمروؓ نے سو سال سے زیادہ عمر پائی اور وہ آخر وقت تک حسین و جمیل رہے۔ ان کے سر اور داڑھی کے بالوں میں گنتی کے چند

اللہ تعالیٰ نے انسانوں کی ہدایت کے لیے مختلف زمانوں میں انبیاء کرام علیہم السلام کا ایک سلسلہ قائم فرمایا اور ان مقدس ہستیوں کی رسالت و نبوت کے لیے بطور دلائل انہیں معجزات بھی عطا فرمائے۔

اللہ پاک نے نبوت کے اس سلسلے کی آخری کڑی کے طور پر اپنے محبوب بندے اور پیغمبر حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کو نوعِ انسانی کی ہدایت کے لیے بھیجا اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم پر علوم کی تکمیل فرمادی۔

رسول پاک ﷺ کو اللہ پاک نے بے شمار معجزات عطا کیے۔

رسول اکرم ﷺ کے معجزات کو دیکھ کر صحابہ کرامؓ کے ایمان و ایقان کو تقویت ملتی تھی اور آج بھی حضور نبی کریم ﷺ کے معجزات کا تذکرہ مسلمانوں کے قلب و روح کو تازگی بخشتے اور ایمان کو مستحکم کرنے کا باعث بنتا ہے۔

رسول اللہ ﷺ

نے فرمایا:

ایک لمحہ کا غور و فکر ساٹھ سالہ کی

عبادت سے بہتر ہے۔

(الواضح، مسند فردوس)

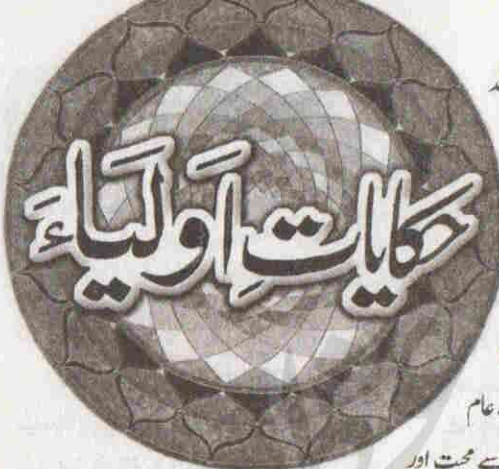
مراقبہ ہال مانسہرہ

نگران: افتخار الہی

معرفت: ذاکر دو خانہ، ڈب نمبر 1، مانسہرہ،

صوبہ خیبر پختونخواہ۔ پوسٹ کوڈ 21300

فون: 0300-5621447



صغیر پاک و ہند میں توحید کی روشنی اولیاء اللہ کی تبلیغ کا ثمر ہے۔ یہ اولیاء اللہ اور موفیائے کرام اسلام کی پاکیزہ تعلیمات کا ایک مجسم تھے، ان کی زندگیاں بنی نوع انسان کی فلاح و بہبود، امن، ترقی، محبت و انصاف اور خدائے واحد کی پرستش کے فروغ کے لیے وقف تھیں۔ ان اولیائے کرام نے عام

افراد کے دکھوں اور پریشانیوں کا مداوا کیا، ان سے محبت اور یاد کا سلوک کیا۔ ان بزرگوں کی توجہ سے برصغیر کے پسماندہ، غریب اور مظلوم انسانوں کو نئی زندگی ملی، یہ ان کی اہمیت کی کشش ہی تو تھی جس کی وجہ سے صرف مسلمان ہی نہیں غیر مسلم بھی ان قدسی نفس حضرات کی محفل میں کھینچے چلے آتے تھے۔ ان برگزیدہ اور عارف حق ہستیوں کی پاکیزہ زندگی کے واقعات اور حکایات میں سے چند واقعات قارئین کی خدمت میں پیش کیے جا رہے ہیں۔

مستند کتابوں کے حوالوں کے ساتھ بزرگوں کی کلمات اور حکایات قارئین کرام بھی ارسال کر سکتے ہیں۔

نوجوان آپ سے ملاقات کے لیے نہیں آیا۔ لوگوں سے اس کے بارے میں دریافت کیا تو معلوم ہوا کہ وہ قرض نہ ادا کرنے کی پاداش میں جیل بھیج دیا گیا ہے۔ آپ نے پوچھا... اس پر کتا قرض ہے...؟



نیکی کا راز
حضرت عبداللہ بن مبارک جب کبھی طرطوس شہر تشریف لے جاتے، تو راستہ میں رتہ کی ایک سرائے میں قیام فرمایا کرتے تھے۔ وہاں ایک نوجوان آپ کی خدمت کرنے کے ساتھ ساتھ آہٹ سے حدیث کا سبق بھی لیا کرتا تھا۔ ایک مرتبہ ان مبارک نے حسب معمول رتہ کی سرائے میں قیام کیا تو وہ

ایک بال سفید ہونے، باقی سیاہ ہی رہے۔ (اسباب) **مٹھی بھر کھجوروں سے سب کا پیٹ بھر گیا**
غزوہ خندق کے دوران جبکہ حضرت سلمان فارسیؓ کے مشورے کے مطابق مدینے کے ارد گرد خندق کھودی جا رہی تھی۔
حضرت بشیر بن سعدؓ اور حضرت عبداللہ بن رواحہؓ بھی کھدائی کرنے والوں میں شامل تھے۔
حضرت بشیر بن سعدؓ کی صاحبزادی کو ان کی والدہ عمر بنت رواحہ نے تھوڑی سی کھجوریں دیتے ہوئے کہا: "یہ کھجوریں لے جاؤ اور اپنے باپ (بشیر بن سعدؓ) اور ماموں (عبداللہ بن رواحہؓ) کو دے آؤ۔"

حضور نبی کریم ﷺ کے ارشاد کے مطابق تمام اہل خندق دسترخوان پر جمع ہو گئے اور کھجوریں کھانے لگے۔ ایک جماعت کھا کر اور سیر ہو کر اٹھ جاتی تو دوسری جماعت کھانے لگتی، یہاں تک کہ تمام اہل خندق سیر ہو کر کھا چکے مگر کھجوریں ختم نہ ہوئیں۔ تمام صحابہ کے زحمت ہو جانے کے باوجود دسترخوان پر کھجوریں اسی طرح موجود تھیں۔ (الہدایہ والنہایہ)

خشک کنواں پانی سے بھر گیا
رسول اکرم ﷺ جب عمرہ کی ادائیگی کے ارادے سے حدیبیہ کے مقام پر پہنچے تو حدیبیہ کے کنوئیں کا تمام پانی خشک ہو چکا تھا اور کنوئیں میں پانی کا ایک قطرہ باقی نہ رہا تھا۔ حضور نبی کریم ﷺ نے جب یہ صورتحال دیکھی تو پانی کا ایک برتن طلب فرمایا۔ آپ ﷺ نے اس پانی سے وضو کیا اور وضو کر کے پانی کی ایک کلی کنوئیں میں ڈال دی۔ تھوڑی دیر بعد اس کنوئیں میں اس قدر پانی جمع ہو گیا کہ حدیبیہ میں تقریباً تین روز قیام کے دوران لشکر اسلام کے تمام سپاہی اور جانور اسی کنوئیں سے پانی پیتے رہے مگر کنوئیں کے پانی میں کوئی کمی واقع نہ ہوئی۔ (صحیح بخاری)

ہاتھ کی تکلیف دور ہو گئی
حضرت جبرہؓ ہاتھ سے کھانا کھایا کرتے تھے۔ رسول اکرم ﷺ نے انہیں دیکھا تو فرمایا: "دائیں ہاتھ سے کھاؤ۔"
انہوں نے عرض کیا "یا رسول اللہ ﷺ! میرے دائیں ہاتھ میں تکلیف ہے، جس کے سبب اس ہاتھ سے کھانا نہیں کھایا جاتا۔"
رسول اللہ ﷺ نے اس ہاتھ پر دم کر دیا تو اس ہاتھ کی تکلیف اسی وقت دور ہو گئی اور پھر حضرت جبرہؓ کو عمر بھر یہ شکایت نہ ہوئی۔ (صحیح بخاری)

حضرت بشیر بن سعدؓ اور حضرت عبداللہ بن رواحہؓ بھی کھدائی کرنے والوں میں شامل تھے۔
حضرت بشیر بن سعدؓ کی صاحبزادی کو ان کی والدہ عمر بنت رواحہ نے تھوڑی سی کھجوریں دیتے ہوئے کہا: "یہ کھجوریں لے جاؤ اور اپنے باپ (بشیر بن سعدؓ) اور ماموں (عبداللہ بن رواحہؓ) کو دے آؤ۔"
لڑکی وہ مٹھی بھر کھجوریں ایک کپڑے میں باندھ کر خندق کی جانب گئی۔
ابھی وہ اپنے والد اور ماموں کو تلاش کر رہی تھی کہ رسول اکرم ﷺ نے اسے دیکھ لیا اور فرمایا "بیٹی، ادھر آؤ! یہ تمہارے پاس کیا ہے...؟"
لڑکی نے عرض کیا: "یا رسول اللہ ﷺ! یہ تھوڑی سی کھجوریں ہیں جو میری والدہ نے میرے والد اور میرے ماموں کے دوپہر کے کھانے کے لیے بھیجی ہیں۔"
رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: "لاؤ یہ کھجوریں مجھے دے دو۔"
لڑکی نے کھجوریں رسول اللہ ﷺ کے ہاتھوں میں ڈال دیں۔ حضور پاک ﷺ نے دسترخوان بچھانے جانے کا حکم دیا۔ دسترخوان بچھایا جا چکا تو رسول اللہ ﷺ نے وہ کھجوریں اس دسترخوان پر کھینچ دیں۔ حضور اکرم ﷺ نے اہل خندق کو کھانے کے لیے بلایا اور ہدایت کی کہ ایک ایک جماعت آئے اور کھائی جائے۔



خطبہ عظیمی

پیدا ائش سے لے کر جب تک وہ اس دنیا میں زندہ رہتا ہے، انسان کی زندگی شعور اور لاشعور میں تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ اس تبدیلی کو ہم فناء و بقا کا نام بھی دے سکتے ہیں۔ ہر انسان جو اس دنیا میں پیدا ہوتا ہے وہ پہلے ایک دن کا ہوتا ہے، جب اس کا پہلا دن گزر جاتا ہے تو وہ دوسرے دن میں داخل ہو جاتا ہے۔۔۔۔۔

ہے۔۔۔۔۔

حضور اکرم ﷺ کا ارشاد ہے:

زمانہ کو برات کہو، زمانہ اللہ ہے۔

ہم لڑکپن، جوانی، بڑھاپا گزار کر ماضی میں چلے جاتے ہیں یعنی غیب میں چلے جاتے ہیں۔ اس سے دو باتیں سامنے آتی ہیں کہ ہر انسان ماضی ہے اور ہر انسان غیب میں سفر کر رہا ہے۔ عالم ارواح، یوم ازل، مرنے کے بعد کی دنیا سب غیب ہے۔

چنانچہ انسان کی اصل غیب ہوئی!۔۔۔۔۔

آپ کی اصل کیا ہے، روح ہے یا جسم۔۔۔۔۔؟

آپ کہتے ہیں کہ میں روٹی کھاتا ہوں، کیا کوئی مردہ

جسم روٹی کھا سکتا ہے۔۔۔۔۔؟

کیا کسی مردہ جسم نے کپڑے پہنے ہیں۔۔۔۔۔؟

روح نکلنے کے بعد کوئی انسان نہ تو کھانا کھا سکتا ہے، نہ

پانی پی سکتا ہے، نہ ہی کوئی لباس پہن سکتا ہے۔

جتنا آپ اپنے ماضی کو یاد رکھیں گے، اتنے ہی سکھ

پہلا دن جو گزر گیا۔۔۔۔۔ کہاں چلا گیا۔۔۔۔۔؟

آپ کہتے ہیں کہ وہ ماضی میں چلا گیا۔۔۔۔۔ اسی طرح

دوسرا دن بھی گزر جاتا ہے اور رفتہ رفتہ پہلے دن کا بچہ ایک

سال کا ہو جاتا ہے۔۔۔۔۔ یعنی اس کی زندگی کے تین سو پینسٹھ

دن ماضی کا حصہ بن گئے۔۔۔۔۔ علیٰ ہذا القیاس اسی طرح آپ

80 سال تک شمار کرتے جائیں۔۔۔۔۔

ماضی کو کبھی ظاہری آنکھوں سے نہیں دیکھا

جاسکتا۔۔۔۔۔ یعنی آپ کو غیب کے علاوہ کوئی اور نام

نہیں دے سکتے۔۔۔۔۔ ہر گزرنے والا دن غیب میں چلا جاتا

ہے اور ہر نیا دن غیب سے نکل کر ہمارے سامنے ظاہر

ہو جاتا ہے۔۔۔۔۔ یہ تغیر و تبدل یہاں ہر انسان کے ساتھ

ہماری ہے۔۔۔۔۔ ہر انسان کی زندگی غیب اور مظاہر میں الٹ

پلٹ ہو رہی ہے۔۔۔۔۔

مظاہر شعور ہے اور غیب لاشعور ہے۔۔۔۔۔ انسان کی

بنیاد ماضی یعنی غیب کے علاوہ کچھ نہیں۔۔۔۔۔

حال و مستقبل میں تغیر ہے، جب کہ ماضی ریکارڈ

کے ساتھ حرم میں بیٹھے ہوئے تھے کہ آپ نے چاہے صوفیائے کرام کو شکر کے موضوع پر بحث میں مصروف پایا۔ آپ غور سے ہر صوفی کے خیالات سنتے جا رہے تھے یہاں تک کہ سبھی نے اپنے اپنے خیالات کا اظہار کیا۔ حضرت شیخ سقظیؒ بھی بغور بھانجے پر نظر رکھے اُسے مسلسل تک رہے تھے اور ساتھ ساتھ صوفیاء کی باتوں کو بھی سنتے جا رہے تھے۔ اس لیے جو نبی وہ چاروں صوفیاء جنہوں نے شکر کے مسئلے پر اپنے اپنے خیالات پیش کیے تھے، خاموش ہوئے تو شیخ سقظیؒ نے اپنے بھانجے جنیدؒ کو حکم دیا کہ تم بھی شکر کے مسئلے پر اپنا نقطہ نظر بیان کرو۔

سب ہی بزرگوں کی نظریں آپ پر جم گئیں اور سات آٹھ سالہ اس معصوم بچے کو حیرت سے دیکھنے لگے جس کے سر پرست نے اُسے صوفیاء کے سامنے اپنا نظریہ پیش کرنے کے لیے کہا تھا۔

حضرت جنید بغدادیؒ نے سر جھکا یا اور کہنا شروع کیا۔ ”بزرگو! میرے پاس وہ الفاظ ہی نہیں کہ میں شکر پر اظہار خیال پیش کر سکوں۔ میں تو بس اتنا جانتا ہوں کہ جب ہمیں ہمارا واحد پروردگار کوئی نعمت عطا کرتا ہے تو ہم اُسے اپنے اللہ کی نعمت سمجھ کر اُس کا شکر ادا کریں۔ کیونکہ وہی نعمتوں سے نوازنے والا ہے۔ وہی ہر نعمت کا منبع ہے۔ پس ہمیں اسی کے احکام کی تعمیل میں خود کو وقف کر دینا چاہیے۔“

مجلس میں موجود صوفیاء نے ایک معصوم بچے کے منہ سے جب شکر کی اس قدر واضح تشریح سنی تو بلند آواز میں پکار اُٹھے۔ ”یہ شکر یہ مفہوم برحق ہے شکر کا۔ خدا کا شکر ہے اُس نے ہمیں ایک بچے سے شکر کے رمز سے آگاہ کر دیا۔“

(مرسلہ: فاطمہ علیٰ۔ سیالکوٹ)



لوگوں نے بتایا کہ دس ہزار درہم۔۔۔۔۔ آپ نے باتوں باتوں میں اس کے قرض خواہ کا پتہ پوچھ لیا اور رات کو اسے بلا بھیجا۔ جب وہ آیا تو آپ نے اس کو علیحدہ لے جا کر دس ہزار درہم دیے اور درخواست کی کہ اس نوجوان کو رہا کر دو۔۔۔۔۔

اس نے دوسرے دن اپنا مقدمہ واپس لے لیا اور نوجوان کو رہا کر دیا۔

ادھر عبد اللہ بن مبارکؒ علی الصبح ہی طرطوس کے لیے روانہ ہو گئے۔ جب وہ نوجوان رہا ہو کر آیا تو لوگوں نے اسے بتایا کہ حضرت ابن مبارکؒ رات کو سرانے میں ٹھہرے ہوئے تھے۔ نوجوان کو حضرت سے ملاقات سے محروم رہ جانے پر بہت افسوس ہوا اور وہ آپ کے پیچھے طرطوس کی طرف روانہ ہو گیا۔

دو تین منزل کی مسافت کے بعد اسے حضرت ابن مبارکؒ مل گئے۔ آپ نے اس نوجوان سے اس کا حال پوچھا۔ اس نے بتایا کہ قرض کی عدم ادائیگی کی وجہ سے مجھے قید کر دیا گیا تھا۔

اللہ کے کسی بندے نے میرا قرض ادا کر دیا اور میں رہا ہو گیا۔ بخدا اس شخص کو میں جانتا تک نہیں۔

حضرت ابن مبارکؒ نے اس کی رہائی پر خوشی کا اظہار کیا اور یہ نہیں بتایا کہ آپ نے ہی اس کا قرض ادا کیا ہے۔ یہاں تک کہ آپ کی وفات تک کسی کو اس راز کا پتہ نہ چلا۔

(مرسلہ: شاہزیب احسان۔ کراچی)

شکر کے دھوڑ

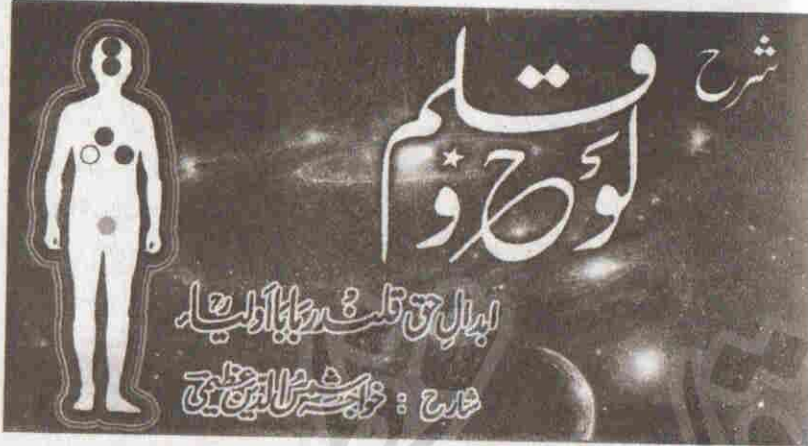
ایک مرتبہ بچپن میں جب حضرت جنید بغدادیؒ کی عمر صرف سات آٹھ سال تھی، تو آپ شیخ سقظیؒ کے ساتھ حج پر تشریف لے گئے۔

اس دوران آپ شیخ سقظیؒ کے ساتھ مختلف مجالس میں بھی شرکت کرتے رہے۔ ایک دن آپ اپنے مرشد

انسان کی بنیاد ماضی یعنی غیب کے علاوہ کچھ نہیں۔۔۔۔۔

مظاہر شعور ہے اور غیب لاشعور ہے۔۔۔۔۔

آپ کا جہانی نظام کچھ نہیں ہے، سب روح کے تابع ہے۔۔۔۔۔



ہیں۔ رات اور دن کے حواس یکساں طور پر کام کرتے ہیں۔ فرق یہ ہے کہ دن میں حواس کی رفتار کم ہو جاتی ہے اور رات میں حواس کی رفتار زیادہ ہو جاتی ہے۔

حواس کی کم رفتاری سے آدمی شعوری طور پر کم سفر کرتا ہے اور تیز رفتار حواس سے سفر میں تیزی آ جاتی ہے۔ دن کے حواس میں چونکہ رفتار کم ہوتی ہے اس لیے اسپیس کا غلبہ ہو جاتا ہے۔ رات کے حواس میں دن کے حواس کے مقابلے میں رفتار بڑھ جاتی ہے۔ اس لیے اسپیس کی گرفت ٹوٹ جاتی ہے۔ لیکن اسپیس سے آزاد ہونے کے باوجود فرد اسپیس میں موجود رہتا ہے۔ یہ مسئلہ اس طرح حل ہوتا ہے کہ اسپیس میں تغیر واقع ہو جاتا

شرح لَوْحِ آدَمَ

اہلِ حق قلبِ ربوبِ اولیاء
شرح : خواجہ شمس الدین عظیمی

سیکڑ نمبر 24

اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں:

”بے شک تمہارا رب اللہ ہی ہے جس نے آسمانوں اور زمین کو چھ روز میں پیدا کیا، پھر عرش پر قائم ہوا۔“ (سورۃ اعراف آیت 54)

انسان کے اندر اللہ تعالیٰ نے ایسی صلاحیت ودیعت کر دی ہے کہ انسان بیک وقت چھ شعوروں سے کام لے سکتا ہے۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں:

”اللہ چھپا دیتا ہے رات سے دن کو ایسے طور پر کہ وہ رات اس دن کو جلدی سے آ لیتی ہے۔“

مفہوم یہ ہے کہ دن اور رات حواس کی دو قسمیں

کتاب لوح و قلم روحانی سائنس پر وہ منفرد کتاب ہے جس کے اندر کائناتی نظام اور تخلیق کے فارمولے بیان کیے گئے ہیں۔ ان فارمولوں کو سمجھانے کے لیے سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی نے روحانی طلباء اور طالبات کے لیے باقاعدہ لیکچرز کا سلسلہ شروع کیا جو تقریباً ساڑھے تین سال تک متواتر جاری رہا۔ یہ لیکچرز بعد میں کتابی صورت میں شائع کیے گئے۔ ان لیکچرز کو روحانی ڈائجسٹ کے صفحات پر پیش کیا جا رہا ہے تاکہ روحانی علوم سے دلچسپی رکھنے والے تمام قارئین حضرات و خواتین ان کے ذریعے آگاہی حاصل کر سکیں۔

جنوری ۲۰۱۲ء

اور آرام سے رہیں گے۔ جتنا آپ ماضی کو فراموش کریں گے اتنا ہی سکون اور پریشان ہو جائیں گے۔

ہمارے ماضی کا ایک ریکارڈ یہ بھی ہے کہ جب اللہ تعالیٰ نے روحوں کو مخاطب کر کے السست پر بکھر کہا تو تمام روحوں نے اس کا قرار کیا کہ قالو بلی....

کیوں نہیں آپ ہی ہمارے رب ہیں! یعنی ہماری روح ازل میں اللہ کو دیکھ چکی ہے اور اللہ کی ربوبیت کا اقرار کر چکی ہے۔

کہنا یہ ہے کہ آپ اپنی اصل سے باخبر ہو جائیں یہی روحانی علوم کا منشا و مقصد ہے اور یہی تصوف ہے۔

میں جو ذہن نشین کرانا چاہتا ہوں، وہ یہ ہے آپ کا جسمانی نظام کچھ نہیں ہے، سب روح کے تابع ہے اور تمام روحوں کی نگاہ کا پہلا مرکز اللہ ہے۔ کیونکہ السست پر بکھر کے جواب میں آنکھ نے پہلے اللہ کو دیکھا۔ زبان نے کلام کیا تو سب پہلے کہا قالو بلی، یعنی روحیں اس بات کی اقرار کر چکی ہیں کہ ہم مخلوق ہیں۔

روح ہر عالم کے لیے ایک میڈیم یا ایک لباس بناتی ہے اور روح اصل ہے اور جسم نقلی ہے۔ اللہ تعالیٰ کے ارشاد کے مطابق

لقد خلقنا الانسان في احسن تقويم

ہم نے انسان کو بہترین تخلیق پر پیدا کیا۔

شہ رددنہ، اسفل اسافلین

اور پھر اسے اسفل اسافلین میں پھینک دیا۔ اسفل اسافلین کی زندگی جسم کی زندگی ہے۔ اور احسن تقویم روح ہے۔

یہ قصہ بھی ماضی کا حصہ ہے کہ اللہ تعالیٰ نے فرشتوں سے مخاطب ہو کر ارشاد فرمایا کہ.... میں زمین میں اپنا نائب بنانے والا ہوں.... فرشتوں نے عرض کی کہ جسے آپ اپنا نائب بنانے جا رہے ہیں تو زمین میں خون خرابہ اور فساد برپا کر دے گا....



رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”اوپر کا ہاتھ بہتر ہے نیچے والے ہاتھ

سے، نیچے کا ہاتھ مانگنے والا ہے“.....

(مسلم شریف)

حیدر آباد - قاسم آباد (خواتین)

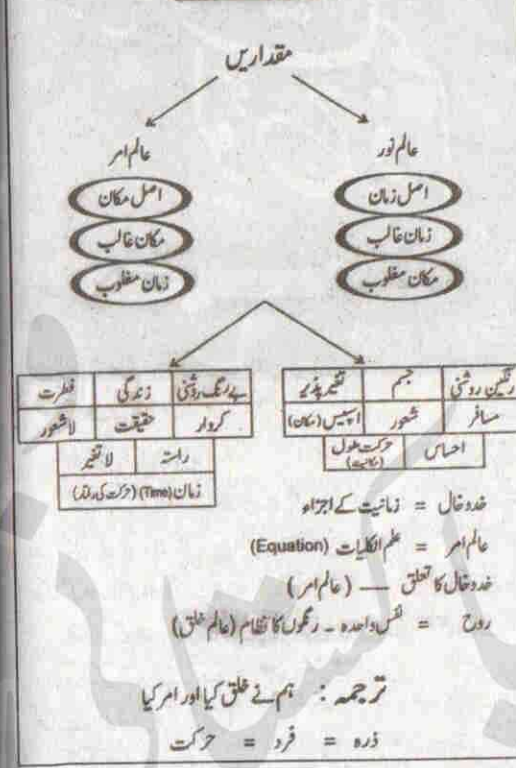
نگراں مراقبہ ہال: منظور النساء

فون: 0345-3585178

معرفت: یار محمد انصاری، بنگلہ نمبر B-98، فیز 1، قاسم آباد،

نزد بو اتزہائی اسکول، حیدر آباد، پوسٹ کوڈ 71700

معین مقدراتیں



ہے۔ ایک آدمی بیداری میں زمین پر چل جا رہا ہے وہی آدمی خواب کی حالت میں اسی سے آزاد ہو کر کسی دوسرے سیارے میں چل پھر رہا ہے۔

چنانچہ ناس بات کی علامت ہے کہ زمین کی اسیس ہر سیارہ میں موجود ہے اسیس ایک ہے اور ٹائم بے شمار ہیں۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں: ”سورج چاند ستاروں کو پیدا کیا ایسے طور پر کہ سب اس کے حکم کے تابع ہیں۔“

اس فرمان میں بتایا گیا ہے کہ ساری کائنات نقطہ وحدانی سے جس طرح حکم ہوتا ہے کائنات اس کو ماننے پر مجبور ہے۔ اللہ خالق ہے اور خالق سے اپنی صفات مخلوق کو منتقل کر دی ہیں۔ اللہ بحیثیت خالق کے رب العالمین ہے اور صفت ربانیت سے مخلوق زندہ ہے۔

حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا ہے:

”جس نے اپنے نفس کو پہچانا، اس نے اپنے رب کو پہچانا۔“
 جب ہم نفس انسانی کا تذکرہ کرتے ہیں، دراصل ان تمام صلاحیتوں اور صفات کا تذکرہ کرتے ہیں جن صلاحیتوں اور صفات پر انسانی زندگی برقرار ہے اور جب انسان اللہ کی طرف سے منتقل شدہ صفات سے واقف ہو جاتا ہے تو اللہ سے واقف ہو جاتا ہے اس لیے کہ وہ صفت ربانیت سے واقف ہو گیا ہے۔

اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں:

”میں ہوں تیرا رب، میں ہوں میں اللہ العالمین کا رب۔“
 اللہ تعالیٰ نے ان آیتوں میں اپنی ذات کو اللہ اور صفات

کو رب فرمایا ہے۔ جب کوئی بندہ اپنے اندر موجود ربوبیت کی صفات سے متعارف ہو جاتا ہے تو وہ اللہ کی صفت ربانیت سے متعارف ہو جاتا ہے۔ چونکہ کائنات کے تمام افراد میں اللہ کی یہ صفت کام کر رہی ہے اس لیے بندہ صفت ربانیت سے متعارف ہو کر موجودات سے واقف ہو جاتا ہے اور اس واقفیت کی بنیاد پر موجودات اس سے قریب ہو جاتی ہیں۔
 تخلیقی فارمولا:

کائنات میں جو کچھ ہے سب روشنی ہے۔ ہر روشنی ایک الگ نوع ہے، ہر نوع میں روشنی کی معین مقدراتیں کام

رقیہ: صفحہ 229 پر ملاحظہ کیجیے

روحانی علاج

کیفیات مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبے کے موضوع پر سائنسی بنیادوں پر تحقیقی کام شب و روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبے سے انسان کو ہمہ جہت فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے پیش نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان تحقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبے سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبے کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔

ماضی میں شرقی کے اہل روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبے کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔ ان صفحات پر ہم مراقبے کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبے کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبے کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈیٹر میں پر اپنے نام اور محل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

کیفیات مراقبہ

روحانی ڈائجسٹ، 177، D-1 ناظم آباد۔ کراچی 74600

حضورِ پاک ﷺ نے فرمایا:

جب اللہ تعالیٰ کسی بندہ سے محبت کرتا ہے تو جبرائیلؑ کو پکارتا ہے کہ اللہ فلاں شخص سے محبت کرتا ہے تو بھی ان سے محبت رکھ۔ یہ سن کر جبرائیلؑ سارے آسمان والوں اور فرشتوں میں یہ اعلان کر دیتے ہیں کہ فلاں شخص اللہ سے محبت رکھتا ہے تم بھی اس سے محبت رکھو۔۔۔ اب سارے آسمان والے فرشتے بھی اس سے محبت رکھنے لگتے ہیں۔ اس کے بعد وہ زمین میں بھی (بندگانِ خدا) کا محبوب ہو جاتا ہے۔

(مسلم شریف)

مراتبہ ہلالی چنیوٹ

نگران: محمد طاہر

مکان نمبر 343، گلی و محلہ فتح آباد،

چنیوٹ پوسٹ کوڈ: 35400

فون: 0300-7712809

گزشتہ صدی سے شروع ہونے والی تیز رفتار صنعتی ترقی نے معاشرے کی کاپیلت کر رکھ دی ہے۔ ایک عام آدمی کی زندگی بھی روز بروز مصروف سے مصروف تر ہوتی جا رہی ہے۔ معیار زندگی کو بہتر بنانے کی غرض سے ہر شخص دیوانہ وار کام میں مصروف ہے۔ وقت محدود ہے اور مسائل لامحدود۔

میں بھی اس ترقی کی دوڑ میں شامل ہونا چاہتا تھا مگر کوشش کے باوجود کسی کام میں کامیابی حاصل نہیں ہو رہی تھی۔ میری ناکامیوں کی طویل فہرست کو دیکھتے ہوئے گھر والے مجھے اکثر طے دینے لگے تھے اور ملنے جلنے والوں میں سے بعض لوگ اکثر مذاق اڑانے لگے تھے۔ میں اکثر خیالوں میں ڈوبا رہتا۔ لوگوں کے سامنے بات کرتے ہوئے مجھے اکثر گھبراہٹ محسوس ہوتی تھی، اگر بات کرتا بھی تو اکثر الفاظ منہ سے غلط نکل جاتے یا پھر الٹ الٹ کر ادا ہوتے اور اگر کسی سے ملنے جاتا یا کسی کو کوئی میچ دینا ہوتا تو یہی پریشانی لاحق رہتی کہ ان صاحب کو میں کیا کہوں گا اور ان سے کس طرح بات ہوگی... چنانچہ گھبراہٹ کی وجہ سے میں اکثر کچھ کا کچھ کہہ جاتا۔

محفل میں اگر کوئی شخص مجھے مخاطب کرتا تو میں زیادہ سے زیادہ ہال یا نہیں میں جواب دیتا۔ میرے ذہن میں کچھ ہوتا ہی نہیں کہ میں اس سے کیا کہوں۔ لوگوں کے جہوم میں نامعلوم کیونٹیشن سی طاری رہتی۔ ایسا لگتا تھا کہ سر پھٹ جائے گا۔

مجھے کتابیں پڑھنے کا بچپن سے شوق رہا ہے۔ مختلف موضوعات پر کتابیں پڑھتا رہتا ہوں۔ کسی کتاب میں پڑھا تھا کہ خود اعتمادی کی کمی جیسے مسائل کا تعلق بچپن کے ناخوشگوار واقعات سے ہو سکتا ہے۔ میرا بچپن بہت سخت ماحول میں گزرا ہے، والد صاحب کا مزاج بہت سخت تھا۔ وہ درازا کسی بات پر غصے سے بے قابو ہو جاتا اور اکثر

ہماری چھوٹی چھوٹی غلطیوں پر بھی ہمیں بہت مارتے پینتے تھے۔ والد صاحب جب شہر سے باہر جاتے تو ہم بہن بھائیوں کو بہت خوشی ہوتی تھی۔ والد صاحب کا غصہ بڑے بھائی میں بھی آیا ہے، وہ بھی والد صاحب کی ہم بہن بھائیوں پر ہی نہیں ابھی پر بھی ہر وقت رعب جساتا رہتا ہے، یہی وجہ ہے میں بھی بچپن سے ہی اس سے ڈرتا رہا ہوں، اور اب بھی اس کے سامنے بات کرنے کی ہمت نہیں ہوتی۔ اسکول میں بھی یہی حال تھا۔ استادوں سے بھی بہت ڈر لگتا تھا۔

ساتھ ہی ساتھ ایک اور مسئلہ یہ بھی پیدا ہو گیا تھا کہ میں بے حس ہوتا جا رہا تھا۔ مجھ پر نہ کوئی غم اثر کرتا، نہ کوئی خوشی محسوس ہوتی تھی۔ کوئی کام کرنا چاہتا تو کئی کئی دن اسی ادھیڑ میں ہی گزار جاتے کہ یہ کام کروں یا نہ کروں... اسی وجہ سے ہمیشہ ناکامی کا منہ دیکھنا پڑتا۔ مسلسل ناکامیوں نے چنچڑا، شرمیلا اور تنہا پسند بنا دیا تھا۔ امی میرا بہت خیال رکھتی تھیں، لیکن اب تو انہوں نے بھی مجھے میرے حال پر چھوڑ دیا تھا۔

خردمبوں کے احساس سے بچنے کے لیے میں کتابوں کا سہارا لینے لگا۔ علم نجوم، علم الاعداد اور اس طرز کے موضوعات پر رہتی کتابیں مجھے جہاں ملتیں میں خرید لیا کرتا، میں ان دنوں شاید کسی ایسے راستے یا ذریعے کی تلاش میں تھا جو میری تمام ناکامیوں کو کامیابیوں سے بدل دے۔ دو تین سالوں میں میرے کمرے میں اس قسم کی کتابوں کا ڈھیر لگ گیا، مثلاً لوگوں کا ذہن پڑھیے، اپنے دشمنوں کو قابو کیجیے، راتوں رات کروڑ پتی بننے کے وظائف... وغیرہ وغیرہ... دلچسپ بات یہ ہے کہ میں نے کبھی کتابوں میں دیے گئے طریقوں یا وظائف پر عمل کرنے کی کوشش نہیں کی... شاید اس کی وجہ یہ رہی ہو کہ میرے اندر جرأت کی شدید کمی تھی اور کسی بھی معاملے میں جرأت مند قدم اٹھانے کا حوصلہ میرے اندر تھا ہی نہیں،

مراقبہ کے ذریعے۔ منتشر خیالی سے نجات

یالے یونیورسٹی (امریکہ) کی جدید تحقیق کے مطابق مراقبہ آپ کی ذہنی یکسوئی کو بڑھاتا ہے۔ یالے تھراپوٹک نیورو سائنس کینک کے ڈائریکٹر اور اسٹنٹ "ہر روز پابندی سے مراقبہ کرنے والا شخص ہونے والی منتشر خیالی، بے سکونی، انتشار اور نیشنل اکیڈمی آف سائنس کے نومبر کے جڈن ریلور اور ان کے ساتھی کی تحقیق پر مبنی ہے جو باقاعدگی سے مراقبہ باقاعدگی سے مراقبہ کرنے والوں کے دماغ کے کارٹیکس Medial Prefrental and posterior Cingulate Cortices میں سرگرمیاں دیکھی گئی ہیں۔ دماغ کا یہ حصہ توجہ (Attention)، حاضر دماغی، یکسوئی (Concentration) اور ایک وقت میں کئی کام کرنے (Hyperactive) سے متعلق ہے۔ مراقبہ کے ذریعے منتشر خیالی، بے سکونی اور دیگر مسائل پر قابو پایا جاسکتا ہے۔



ایک مرتبہ مراقبہ کو آزما یا جائے۔ اس دوران میرا چھوٹا بھائی ماہنامہ روحانی ڈائجسٹ خرید کر لایا۔ میں نے روحانی ڈائجسٹ میں کیفیات مراقبہ کا کالم دیکھا تو اپنے بھائی سے ایک روز کے لیے مانگ لیا، رات کو کیفیات مراقبہ کا مطالعہ کیا تو مراقبہ کی افادیت پر یقین کچھ مزید بڑھ گیا۔ اس کالم میں بتایا گیا تھا کہ زندگی سے مایوس افراد مراقبہ سے کس طرح زندگی کی دوڑ میں شامل ہو گئے ہیں۔ کیفیات مراقبہ کو باہر پڑھا اور پھر مراقبہ کا فیصلہ کر لیا۔ کتاب سے مراقبہ کا طریقہ اچھی طرح ذہن نشین کیا اور اس کا آغاز کر دیا۔ ہمارے گھر میں ماشاء اللہ سب ہی نماز کی پابندی کرتے تھے، اس لیے میں بھی الحمد للہ پانچوں نمازیں وقت پر ادا کرتا تھا۔ میں نے سوچا کہ عشاء کی نماز اپنے کمرے میں ادا کرنے کے بعد مصلیٰ پر بیٹھ بیٹھ تھوڑی دیر کے لیے مراقبہ کر لیا کروں گا، چنانچہ ایک روز نماز عشا کی ادائیگی کے بعد رب کے حضور عاجزی سے اپنے مسائل کے حل کی دعا کی۔ پھر آنکھیں بند کر کے مراقبہ میں بیٹھ گیا۔ آج پہلا دن

دوسرے ان کتابوں میں دیے گئے اکثر طریقے اس قدر اہمیت قسم کے تھے کہ اگر میرے گھر والوں کو اس کی بہتک بھی پڑ جاتی جو میرا گھر میں رہنا مشکل ہو جاتا۔

ایک روز کتابوں کی دکان پر اس قسم کی کتابیں تلاش کر رہا تھا کہ ایک خوبصورت ٹائٹل کی کتاب جس کا عنوان مراقبہ تھا، پر نظر پڑی۔ میں نے یونہی اٹھا کر ورق گردانی شروع کر دی۔ اس کتاب کے ایک صفحہ پر تحریر تھا "مراقبہ زندگی کے مسائل کا حل ممکن ہے"۔ اس جملے نے مجھے کتاب خریدنے پر مجبور کر دیا۔ گھر آ کر کتاب کا تفصیلی مطالعہ کیا۔ اس میں ایک جگہ تحریر تھا کہ "تحقیق نے یہ ثابت کیا ہے کہ مراقبہ سے بہت سی ذہنی و جسمانی پریشانیوں سے نجات ممکن ہے۔ انفرادی، ذہنی دباؤ، نیشن، اعتماد میں کمی جیسے مسائل پر مراقبہ کے ذریعے کافی حد تک قابو پایا جاسکتا ہے۔"

یہ کتاب زندگی کے روشن پہلوؤں کو اجاگر کر رہی تھی۔ مجھے مراقبہ کی تھیوری بہت اچھی لگی، سوچا کیوں نہ

71

تھا، اس لیے سارا وقت انہی خیالوں میں گزر گیا کہ میں مراقبہ کر رہا ہوں.... کئی روز تک یہی صورت حال برقرار رہی..... دوپٹے گزر گئے

ایک روز امی نے پوچھا کہ تم عشاء کی نماز کے بعد کوئی وظیفہ پڑھ رہے ہو...؟

ایک لمحے کو میں اس طرح گڑبڑا گیا، جیسے میری کوئی چوری چکاری گئی ہو لیکن دوسرے ہی لمحے میں سنبھل گیا اور اپنی عادت اور مزاج کے برخلاف اعتماد کے ساتھ جواب دیا کہ... میں آج کل عشاء کے بعد مراقبہ کرتا ہوں...؟

امی نے بھی میرے اندر بحال ہوتے ہوئے اعتماد کو نوٹ کر لیا تھا، اس لیے وہ صرف مسکرائیں اور دوبارہ اپنے کام میں مصروف ہو گئیں....

اس وقت اس بات کو میں نے اہمیت نہیں دی تھی لیکن رات کو سونے کے لیے جب لیٹا تو یہی لمحات ذہن کے اسکرین پر روشن ہو گئے، تب مجھے احساس ہوا کہ میرے اندر کیا تبدیلی آئی ہے.... یہ مراقبہ کا پہلا شعر تھا جو اللہ تعالیٰ نے اپنی مہربانی سے مجھے عطا کیا تھا۔

ایک روز مراقبہ میں آنکھیں بند کیے بیٹھا تھا کہ اچانک دروازہ کھلنے کے شور سے آنکھیں کھولیں تو سامنے بڑے بھائی کھڑے تھے۔ پہلے تو عجیب کیفیت ہوئی مگر فوراً ہی خود پر قابو پایا۔ بھائی نے پوچھا ”کیا کر رہے ہو....؟“ میں نے جواب دیا ”مراقبہ کر رہا ہوں....“

بڑے بھائی سے سب ہی گھبراتے تھے، لیکن وہ اپنی طبیعت کے برعکس اس وقت خاموشی سے واپس چلے گئے۔ شاید انہیں بھی میرے اندر اعتماد دکھائی دیا تھا۔ اس اعتماد نے ہی میرا حوصلہ بڑھایا، اور مجھے مراقبہ کی افادیت کا دل سے یقین ہو گیا۔

مراقبہ کرتے ہوئے کئی مہینے گزر گئے... سردی کی راتیں تھیں، میں مراقبہ کر رہا تھا۔ آنکھیں

بند کرتے ہی کمرے میں روشنیاں پھیل گئیں۔ میں نے محسوس کیا کہ میں ان روشنیوں کے درمیان میں بیٹھا ہوا ہوں۔ تیز روشنیوں کی وجہ سے سامنے کی دیوار دکھائی نہیں دے رہی تھی۔ آہستہ آہستہ مختلف رنگوں کی روشنیوں نے دو دھیانگ اختیار کر لیا۔ پھر یہ روشنی مدھم مدھم ہوتے ہوئے غائب ہو گئی۔ مراقبہ ختم کیا تو سردی کے باوجود پسینہ آرہا تھا مگر ذہن پرسکون تھا۔ نیند بھی اچھی آئی۔

ایک روز مراقبہ میں دیکھا کہ میں ریگستانی علاقے میں ہوں اور دور تک ریت ہی ریت دکھائی دے رہی ہے۔ سورج پوری آب و تاب سے چمک رہا ہے۔ سورج کی تپش سے ریت گرم ہو گئی ہے اور اس پر چلنا دشوار ہو رہا ہے۔ اس ریگستانی علاقے میں دور کہیں سے اذان کی آواز نے حیرت میں ڈال دیا۔ اذان کی آواز کی سمت بڑھنے لگا۔ کافی دور چلنے پر ایک مسجد دکھائی دی۔ جب مسجد پہنچا تو نماز کی تیاری کی جا رہی تھی۔ میں نے بھی باجماعت نماز ادا کی، نماز کے بعد دعا ہوئی۔

مراقبہ کے بعد جب میں نے آنکھیں کھولیں تو ذہن کو پرسکون پایا اور جسم ہلکا پھلکا محسوس ہوا۔

چند ماہ مراقبہ کرنے سے مجھے ناصرف ذہنی سکون حاصل ہوا ہے بلکہ میرا اعتماد میں بھی بڑھ گیا ہے۔ بڑے بھائی نے میرے اسی اعتماد کو دیکھ کر مجھے اپنی ٹیکسٹری کے مارکیٹنگ ڈیپارٹمنٹ میں بطور ٹرینی رکھوا دیا ہے۔ وہ اس ٹیکسٹری میں ایڈمنسٹریٹو ہیں، میری کوشش ہے کہ میں ان کے بھروسے پر پورا اتروں، اس لیے میں پوری توجہ سے کام سیکھ رہا ہوں، اور یہ توجہ مجھے مراقبہ کی بدولت ہی حاصل ہوئی ہے۔

اب تو میرے کچھ دوست بھی مجھے پُر اعتماد دیکھ کر مراقبہ کی طرف متوجہ ہو رہے ہیں۔



چین کی گورنمنٹ نے یہ حکم جاری کیا ہے تو اس لیے کہ وہاں ایک صحت مند معاشرہ قائم ہے۔ مقتدر طبقات قوم کا درد رکھتے ہیں اور سب سے بڑھ کر یہ کہ قانون

سب کے لیے یکساں ہے۔ لیکن جہاں اہل اقتدار اور صرف اہل اقتدار ہی نہیں، سارا بلائی طبقہ، ساری اپر کلاس لوٹ کھسوٹ میں مصروف ہو، وہاں زبان پر توجہ کون دے گا....؟

قوم کس زبان میں گفتگو کر رہی ہے....؟ اور کس زبان میں تعلیم حاصل کر رہی ہے....؟

ان سوالوں پر تو وہ حکمران سوچتے ہیں جس کا اوڑھنا بچھو تا قوم ہو اور اپنی ذات اور کو انہوں نے پولٹی میں بند کر کے ایک کونے میں رکھ دیا ہو....!

چین کے حکمران قانون سے ماورا نہیں، ان کی دولت غیر ملکی بینکوں میں ہے نہ ان کی جائیداد تین براعظموں پر پھیلی ہوئی ہیں۔ ان کے پاس بس اتنا ہی ہے کہ وہ دو وقت کا کھانا کھالیں اور باعزت لباس پہن سکیں۔ ایسے ہی

حکمران ہوتے ہیں جو صرف قوم کی اقتصادیات اور دفاع کے بارے میں ہی نہیں قوم کی ثقافت، تہذیب اور زبان کے بارے میں بھی فکر مند ہوتے ہیں اسی لیے تو چین کی حکومت نے یہ حکم جاری کیا۔

چین کی حکومت نے اخباروں، اشاعت گھروں، ویب سائٹوں، ریڈیو اور ٹیلی ویژن کو حکم دیا ہے کہ چینی زبان بولتے اور لکھتے وقت غیر ملکی زبانوں کے الفاظ

پیش مادر آ

آپ کا کیا خیال ہے دنیا میں کتنے ملک ایسے ہوں گے جنہوں نے اپنی زبان میں پشت ذالی، دوسروں کی زبان اپنائی اور پھر ترقی بھی کی۔۔۔؟

استعمال نہ کیے جائیں خاص طور پر انگریزی زبان کے... انگریزی پر یا کسی بھی زبان پر کوئی پابندی نہیں۔ غیر ملکی زبانوں میں لکھا بھی جاسکتا ہے لیکن چینی زبانوں میں دوسری زبانوں کے پیوند لگانے کی اجازت نہیں دی جائے گی۔ چین میں انگریزی زبان سیکھنے اور سکھانے کا چلن عام ہو گیا ہے اس کا اثر چینی زبان پر اس طرح پڑا ہے کہ چینی میں انگریزی الفاظ کی بھرمار ہو گئی اور ایک نئی زبان ”چنگلش“ ابھرنے لگی ہے۔ چینی حکومت نے اس رجحان کے آگے بند باندھ دیا ہے۔ اس کا موقف یہ ہے کہ اس رجحان سے چینی زبان خالص نہیں رہ سکے گی اور ثقافت پر منفی اثرات پڑیں گے۔ چین

مہمان کالم

محمد اظہار الحق

کی نئی نسل کو انگریزی زبان کے استعمال سے تو کوئی کوفت نہیں ہو رہی تھی لیکن بڑے عمر کے چینی انگریزی زبان کے الفاظ سمجھ نہیں سکتے تھے۔ چینی حکومت یہ صورت حال برداشت نہیں کر سکتی کہ عمر رسیدہ چینی اپنے ہی ملک میں اجنبی بن جائیں اور ہونٹوں کی طرح نوجوانوں کے منہ دیکھتے رہیں۔

کیا آپ تصور کر سکتے ہیں کہ پاکستانی حکومت اپنے باشندوں کی عزت نفس کا خیال رکھتے ہوئے حکم دے گی کہ عام شہری کو کسی غیر ملکی زبان میں خط نہ لکھا جائے....؟

دکاندار کو انکم ٹیکس کے دفتر سے، پختنر کو ڈاک خانے سے، رقم جمع کرانے والے کو بینک سے، مقروض کو ہاؤس بلڈنگ کارپوریشن سے اور انعام یافتہ فنکاروں کو وزیر اعظم کے دفتر سے ملنے والا خط انگریزی زبان میں لکھا جاتا ہے۔ اب وہ ایک ایسے شخص کو ڈھونڈتا ہے جو اسے اس کی زبان میں ترجمہ کر کے سمجھائے کہ متعلقہ ادارے نے کیا لکھا ہے....؟

انیسویں صدی میں جب برطانوی استعمار نے فارسی اور اردو کی سرکاری حیثیت ختم کر کے انگریزی زبان نافذ کی تھی تو ہمارے عالم فاضل راقوں رات جاہل ہو گئے تھے اور ذلیل و زسوا کر دیے گئے تھے۔ برطانوی استعمار رخصت ہوا تو ہونا یہ چاہیے تھا کہ اس کی تلافی کی جائے، لیکن ذلت اور رسوائی میں کئی گنا اضافہ ہو گیا۔ اب مسائل افسر کے سامنے حاضر ہوتا ہے تو افسر مسائل کی موجودگی میں اپنے ماتحت سے فرنگی زبان میں بات کرتا ہے تاکہ معاملے کی اصل نوعیت مسائل پر واضح نہ ہو سکے اور وہ سرخ فیتے کے چکر میں الجھتا ہے۔ یہ بد تہذیبی وہ سرکاری ملازم کر رہا ہوتا ہے، جو اسی مسائل کے دیے ہوئے ٹیکس سے ماہانہ تنخواہ لیتا ہے۔

آپ کا کیا خیال ہے دنیا میں کتنے ملک ایسے ہوں گے جنہوں نے اپنی زبان پس پشت ڈالی دوسروں کی زبان اپنائی اور پھر ترقی بھی کی....؟

دس؟ پندرہ یا درجن بھر....؟
نہیں! کسی ایک ملک نے بھی دوسروں کی زبان کا سہارا لے کر ترقی نہیں کی.... کی بھی نہیں جاسکتی.... ترقی

خواندگی سے ہوتی ہے اور خواندگی اپنی زبان سے حاصل ہوتی ہے۔

کل جاپان کی مصنوعات دنیا پر چھائی ہوئی تھیں آج چین نے عالمی منڈی کو مٹھی میں جکڑا ہوا ہے۔ فرانس اور برطانیہ ایشی طاقتیں ہیں، روس آج بھی عملاً وسط ایشیائی ریاستوں پر حکمرانی کر رہا ہے۔ جرمنی کی اقتصادی طاقت کے سامنے امریکہ لرز رہا ہے اور تو اور مکاؤ اور تائیوان جیسے ننھے ننھے ملک پوری دنیا کو اپنی برآمدات سے بھر رہے ہیں۔

آخر ان ملک میں سے کس نے اپنی زبان کو چھوڑا....؟

کیا فرانس اور جرمنی نے کبھی کہا ہے کہ انگریزی ”بین الاقوامی“ زبان ہے اور ہمارا اس کے بغیر گزارا نہیں ہوتا....؟

کیا جاپان اور چین کے اسکولوں میں انگریزی ذریعہ تعلیم ہے....؟

ترکی یورپی منڈی کا رکن بننے کی سر توڑ کوشش کر رہا ہے کیا اس نے اس سلسلے میں کسی یورپی زبان کے لیے اپنے دروازے کھولے ہیں....؟

تو پھر خزاں رسیدہ دماغ جو ایک عرصہ سے سوچ رہے ہیں اور وہ آبلوں سے بھری ہوئی زباںیں جو ہاسٹ برسوں سے کہہ رہی ہیں کہ ترقی کا راز انگریزی میں ہے کس رتے پر یہ راگ مسلسل الاپے جا رہے ہیں....؟

انگریزی کو ذریعہ اظہار اور ذریعہ تعلیم بنا کر آپ نے کون سی ترقی کر لی....؟

کتنی سائنسی ایجادات کر لیں....؟
معاہدات کے کتنے نظریات آپ کے حوالے سے یونیورسٹیوں میں پڑھائے جاتے ہیں....؟

اور سر جری سے لے کر جان بچانے والی ادویات تک

کس میدان میں آپ کا جھنڈا اگڑا ہوا ہے....؟

آپ کی تو یہ حالت ہے کہ برقی روشنی ناپید ہے، شہر اندھیروں میں ڈوبے ہوئے ہیں، کھانے کو آنا ہے نہ چینی، دودھ اور شہد سے لے کر کار، فرنیچ، گھڑی، موبائل فون، ایئر کنڈیشنر، ٹیلی ویژن، ادویات، بال بین اور گھڑی تک سب کچھ دوسرے ملکوں سے خرید رہے ہیں۔

ہاسٹ سال سے انگریزی کو آپ نے اس ملک پر مسلط کیا ہوا ہے۔

کیا اسکولوں کالجوں اور یونیورسٹیوں کے امتحانات اور کیا انگریزی پید کرنے والے مقابلے کے امتحان! غرض ہر جگہ انگریزی کی حکمرانی ہے.... اس کے باوجود آپ کے حکمران اور آپ کے منتخب نمائندے انگریزی زبان ہی نہیں بول سکتے اور بولتے ہیں تو دنیا ہنس ہنس کر ڈہری ہو جاتی ہے۔

کیا اس سے زیادہ خطرناک حالت کسی قوم کی ہو سکتی ہے....؟ اسی لیے تو اس بڑے شاعر نظامی گنجوی نے کہا تھا....

کلاشی تکبہ کبک را گوش کرد
تکبہ خویش تن را منرا موش کرد
ترجمہ: کوسے نے ہنس کی چال اپنائی اور اپنی چال بھی بول گیا....

لیکن وہ دیکھیے اردو اپنی باہیں پھیلائے آپ کو بلا رہی ہے اور زار زار رو کر کہہ رہی ہے....

دست ہر نابل بیسارت کند
پیش مادر آ کہ تیسارت کند

ترجمہ: غیروں کے ہاتھ میں بیمار ہو رہے ہو، آڈماں کے گلے لگ جاؤ وہی تمہاری تہارداری کر سکتی ہے۔

(بشکریہ روزنامہ نوائے وقت)



حدیث مبارکہ ہے:

”تم میں سے کوئی

مومن نہ ہوگا جب

تک اپنے بھائی

کے لیے بھی وہ نہ

چاہے جو اپنے لیے

چاہتا ہے۔“

(ترمذی)

عظیمی ہومیوکلینک

ذیرنگرانی:

ڈاکٹر احمد ممتاز اختر
ہومیو پیتھ اینڈ کلنر تھراپسٹ

برائے رابطہ:

عظیمی ہومیوکلینک
نزد جناح پبلک اسکول
انگ شہر

فون: 0597-610117

مظلوم بننا چھوڑیں

یہ ایک عام
رائے ہے کہ عورت
دنیا بھر میں مظلوم

اور اپنا محاسبہ کریں

ہے....! شاید یہ اسی خیال کا نتیجہ ہے کہ کسی بھی
جریدے، رسالے اور میگزین کو اٹھا کر دیکھیں تو خواتین
کے لیے مختص کردہ صفحات میں گویا ایک بہاکاری جی نظر
آتی ہے کہ....

خواتین کا استحصال ہو رہا ہے....!
انہیں پرلے درجے کی مخلوق
سمجھا جاتا ہے....!

مہناز اشرف بٹ

عورت جہاں مظلوم ہے وہیں ان کی بہت بڑی تعداد
کا شمار ظالموں میں کیا جائے تو غلط نہ ہو گا۔ غیر جانبدار ہو کر
تجزیہ کیا جائے تو واضح ہو جائے گا کہ اکثر خواتین میں کچھ
ایسی برائیاں پائی جاتی ہیں جن کی وجہ
سے وہ ناصرف اپنے پیڑ پر کھڑی مارتی

ہیں، بلکہ براہ راست گھر، خاندان اور بالواسطہ طور پر
معاشرے پر بھی ظلم کی مرتکب ہوتی ہیں۔

آج ہم معاشرے کے اکثر گھروں کے آنگن میں
بے سکونی، بد امنی، نفرت، حسد اور ماحول میں ہمہ وقت
ایک تناؤ دیکھتے ہیں، جس کا بڑا سبب ہماری کچھ خواتین کی
زہرا لگتی باتیں ہیں، جو دلوں کے شفاف آئینوں پر
بدگمانی اور بد اعتمادی کے جال بن کر انہیں بدگمان
اور داغدار بنا دیتی ہیں۔ جب اعتبار کے

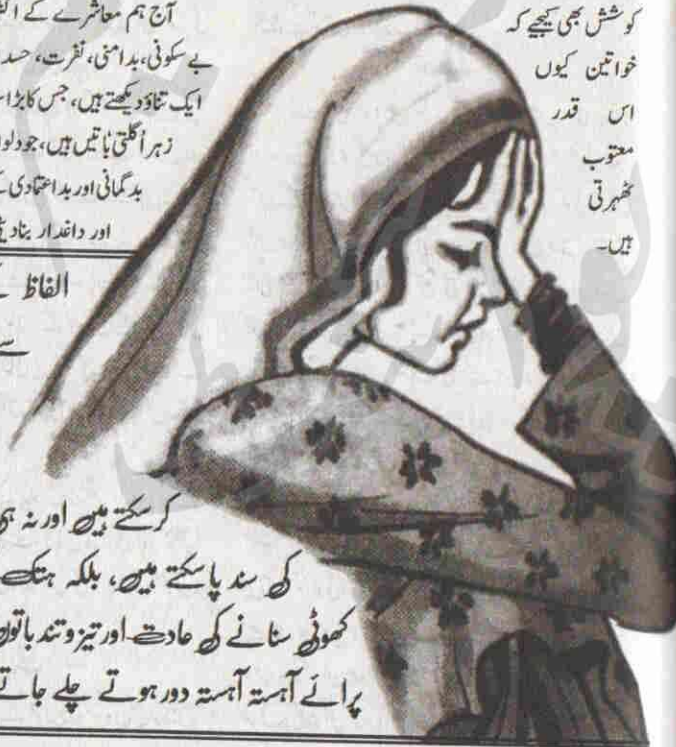
الفاظ کے نشتر یا طعنوں

سے نہ ہم معاشرے
میں کوئی نمایاں
مقام حاصل

کر سکتے ہیں اور نہ ہی خود عزت و تکریم

کے سد پاسکتے ہیں، بلکہ ہتک آمیز سلوک، کھری

کھوٹی سنانے کے حادثے اور تیز و تند باتوں کے سبب اپنے
پرانے آہستہ آہستہ دور ہوتے چلے جاتے ہیں۔



فرمایا رسول اللہ ﷺ نے

”اللہ اپنے بندے کی امداد میں رہتا ہے
جب تک بندہ اپنے مسلمان بھائیوں کی امداد
میں رہتا ہے“۔ (بخاری، مسلم)

مرقبہ ہال پشاور (برائے خواتین)

نگراں: تسنیم کوثر

چلہ غازی بابا اسٹاپ، ورسک روڈ، پشاور

فون: 0345-5219925

رشتوں میں دراڑیں پڑ جائیں تو زندگی جہنم بن جاتی ہے۔ اس قسم کے تمام شرانگیز اعمال میں بہت سی خواتین کو تو اتنی مہارت حاصل ہو جاتی ہے کہ ان کا کوئی تیز خالی نہیں جاتا، بلکہ شیک نشانے پر ہی لگتا ہے۔

کہا جاتا ہے کہ عورت کے کئی روپ ہوتے ہیں اور اس کے ہر روپ میں قدرت نے شفقت، محبت، نزاکت اور فرست کوٹ کوٹ کر بھری ہے۔ ایسا روپاہ گری اس کی فطرت میں رکھی گئی ہے اور اس کے وجود کو عظمت و بلندی کی علامت قرار دیا گیا ہے۔ لیکن جب اس صنف کا کوئی پیکر کردار کی بلندیوں سے پستیوں کی جانب گامزن ہو جاتا ہے اور اس کے نرم دناک ہونٹوں سے پھولوں کی بجائے انگارے برسنے لگتے ہیں، تو پھر وہ عورت نہیں رہتی، بلکہ عفریت کا روپ دھار کر اپنے ہی گھر کی خوشیوں، سکھ اور سلامتی کو گل لیتی ہے۔

آپ کو ایسی کئی خواتین اپنے ارد گرد مل جائیں گی، جن کی تلخ گھامی، طنزیہ جملے، جنک آمیز رویے، اپنوں اور پرائوں کو مسلسل اذیت کی سولی پر لٹکائے رکھتے ہیں۔ کوئی اندازہ بھی نہیں لگا سکتا کہ ہونٹوں کے اندر بند رہنے والی زبان جب خاموشی کو توڑتی ہے تو کئی انقلابات جہنم لے لیتے ہیں۔ سچے میں شیرینی ہو تو دلوں کے ایوان سج جاتے ہیں لیکن جب یہی لہجہ زہر افشانی پر اتر آئے تو محبت کے پھولوں سے مہکتے گھر کے آنگنوں میں کانٹوں کی فصل اگنے لگتی ہے۔

یوں تو عورت کا ہر روپ پیارا ہے، مگر انسان ہونے کے ناطے اس میں حسد، غیبت، زبان درازی اور چغل خوری ایسی بری عادتیں ہیں، جو اس کی دنیا اور آخرت دونوں برباد کر رہی ہیں۔

غیبت

کئی خواتین اکثر مشغلے کے طور پر دوسروں کی ٹوہ میں

لگی رہتی ہیں۔ تانکا جھانکی کرتی ہیں۔ کسی کی کوئی خامی یا کمزوری لاپہ گئی ہے تو اسے زمانے بھر کے سامنے لانے کے لیے وہ بے قرار ہو جاتی ہیں۔

دیکھنے میں آیا ہے کہ جہاں چار خواتین مل بیٹھتی ہیں، غیر موجود افراد کی شامت آ جاتی ہے۔ دل کے پھپھولے پھوڑنے کی آڑ میں بے آبروی اور زبان کے چسکے کا سلسلہ چل نکلتا ہے، جو اکثر اوقات فساد پر ہی ختم ہوتا ہے۔

قرآن پاک میں غیبت کو مردہ بھائی کا گوشت کھانے سے تعبیر کیا گیا ہے

۔ ایک بزرگ کی نسبت مشہور ہے کہ وہ اپنی غیبت کرنے والے شخص کو کججوروں کا تھوہ بھیجا کرتے تھے۔ ان سے پوچھا تو فرمانے لگے ”غیبت کرنے والا مجھے اپنی نیکیاں بھیجتا ہے تو میں جو ابابدی بھیجتا ہوں“۔

حسد

بہت سی خواتین حسد و رقابت میں مبتلا ہو کر دوسروں کی زندگی اجیرن کر دیتی ہیں۔ کوئی خوشحال ہو، کسی کے گھر میں خوشیوں کی بارش اتری ہو، کوئی خوش شکل ہو، خوش لباس ہو، ذہین ہو، یا کوئی اپنے حلقہ احباب میں مقبول ہو تو خالی برتن کی طرح کھڑکنے والی ایسی خواتین سے یہ بالکل برداشت نہیں ہوتا، حسد کی آگ میں جلتا ان کا وجود اپنی ہی صنف کی نیک نامی اور شرافت کی دھجیاں بکھیرنے کے لیے ایڑی چوٹی کا زور لگا دیتا ہے۔ ان کی مثال اس خود غرض باغبان جیسی ہوتی ہے، جو گلستاں میں کٹے حسین پھولوں سے لوگوں کو دور رکھنے کے لیے مشہور کر دیتا ہے کہ ان پودوں میں کانٹے اس قدر زہریلے ہیں کہ اگر کوئی انہیں چھوئے گا تو اپنی جان سے ہاتھ دھو بیٹھے گا۔ ان کا یہ حربہ اس قدر کامیاب ہوتا ہے کہ لوگ خوفزدہ ہو کر ان پھولوں کے قریب جانا تو درکنار، ان کی طرف دیکھنا بھی گوارا نہیں کرتے۔

غیبت کی طرح حسد بھی سراسر کھانے کا سودا ہے۔ حدیث مبارکہ ہے:

تم حسد سے بچو، حسد آدمی کی نیکیوں کو اس طرح کھا جاتی ہے، جس طرح آگ لکڑی کو کھا جاتی ہے۔ (ابن داؤد)

ہمارے معاشرے میں خواتین کی بڑی تعداد اس مرض میں مبتلا نظر آتی ہے۔ ایسی خواتین دوسروں کو جھٹلے پھولتے اور آگے بڑھتے دیکھ کر جل بھین جاتی ہیں۔ رقابت کا یہ جذبہ ہمیں گھر، پڑوس، خاندان اور معاشرے، ہر جگہ نمایاں نظر آتا ہے۔

ایسی خواتین کو جب بھی موقع ملتا ہے وہ لوگوں کو اپنے مذاق کا نشانہ بناتی ہیں اور اپنے طنزیہ جیسے ہونے جلوسے ان کے دلوں پر نشتر لگاتی ہیں۔ کسی کی شادی ہونے میں تاخیر ہو رہی ہو یا بد قسمتی سے طلاق ہو گئی ہو، کسی میں کوئی جسمانی نقص ہو، کسی کا رنگ گہرا سا نولا ہو، کسی کا قد چھوٹا ہو یا کوئی معمول سے زیادہ لمبا ہو، ان کی تنقید و تضحیک کا نشانہ بننے سے بچ نہیں سکتا۔ وہ ہر آئے گئے کے سامنے ان کی محرمیوں کا تماشا بنا کر خوشی محسوس کرتی ہیں۔ اس احساس سے بے نیاز کہ ان کے علاوہ بھی کسی کی عزت نفس اور خودداری ہوتی ہے۔

ایسی خواتین کی شناخت بالکل بھی مشکل نہیں ہوتی کیونکہ ان کے چہرے نور سے محروم اور تازگی و شادابی سے عاری ہوتے ہیں۔ ان کی آنکھوں میں ہمیشہ ایک طنزیہ چمک ہلکورے لیتی رہتی ہے، ان کے ہونٹ سختی سے مسچنے رہتے ہیں اور اپنی فطرت کی وجہ سے یہ سکون و اطمینان کی نعمت سے محروم دوسروں کی خوشیوں پر ہمیشہ مضطرب ہی نظر آتی ہیں۔

چغل خوری

چغل خوری ایک گناہ عظیم اور شیطانی وصف ہے۔

حدیث شریف ہے کہ:

چغل خور جنت میں داخل نہ ہو سکے گا۔

(بخاری و مسلم)

چغل خوری گناہ ہونے کے باوجود ہمارے ہاں بہت سی خواتین اس میں بڑے ذوق و شوق ملوث ہیں۔ چغل خوریوں کی وجہ سے ایک ہنستا ہنسا گھر فساد کی آماجگاہ بن جاتا ہے۔

ناشکر اپن

شکر ایسا وصف ہے، جس پر قرآن و حدیث میں نعمتوں کی زیادتی کا وعدہ فرمایا گیا ہے، مگر بہت سی عورتوں کو حالات کار و نازونے کی ایسی بری عادت پڑ جاتی ہے کہ ہمیشہ اور ہر وقت ٹھوکہ کناس ہی دکھائی دیتی ہیں۔ خصوصاً مہنگائی، آمدنی، محبت اور گھریلو مسائل کی آڑ لے کر ایسی عورتیں اپنے شوہروں کا پیمانہ دھمک کر دیتی ہیں۔

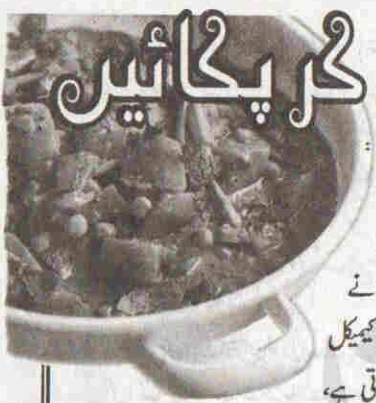
ایسی خواتین کے لیے یہ علاج مناسب ہے کہ وہ حرص و دنیا چھوڑ دیں اور ہمیشہ ان لوگوں کو دیکھیں، جو دنیا میں آپ سے کم تر ہیں۔ زیادہ خوشحال خواتین پر نظر رکھیں گی تو دوسرے کی تنہالی میں لذت ہمیشہ بڑا نظر آنے کی وجہ سے پریشان ہی رہیں گی۔ خود بھی خوش رہیں اور اپنے اہل خانہ کو بھی خوش رہنے دیں۔

بد زبانی

یہ بھی ایک تلخ حقیقت ہے کہ تکلیف دہ اور دوسروں کی عزت نفس کو مجروح کرنے والے الفاظ کے وار سے روح پر جو گھاؤ لگتے ہیں وہ کبھی مندمل نہیں ہوا پاتے بلکہ کسی ناسور کی طرح تاجر مرتے ہی رہتے ہیں۔

بد زبان خواتین کو چاہیے کہ وہ اس بات کا یقین کر لیں کہ وہ آج جو کچھ پوری ہیں کل وہی کاٹیں گی۔ آج اگر وہ اتنی با اختیار ہیں کہ اپنی زبان کی جنش سے جسے چاہیں زلا دیں اور جسے چاہیں ہسادیں، کل جب یہ اختیار

کھانے بدل بدل کر پکائیں



قدرتی اور متوازن غذا ہماری
لہوئی صحت بلکہ پوری زندگی پر اثر انداز
ہوتی ہے۔ ہم جو کھاتے ہیں، ویسے ہی
ظہر آتے ہیں۔ اس کے جسم، دماغی
لاٹوں اور جذباتی زندگی پر کیا اثرات
مرتب ہوتے ہیں۔ پہلے تو یہ سوچنا
ہائیے کہ ہم کیا کھا رہے ہیں؟ مختلف
مرحلے سے گزرتی ہوئی بیک شدہ غذا

اثر انداز ہوتی ہے۔ متوازن
اور بدل بدل کر استعمال کی جانے
والی خوراک دماغ کے بائیو کیمیکل
فکشن کی کارکردگی کو بڑھاتی ہے،
جس کی موجودہ مصروف زندگی میں خصوصاً خواتین کو زیادہ ضرورت ہے۔

اپنے اور اپنے خاندان کے لیے اس فاسد اہندہ صحت کو پسند
کر سکیں گے۔ اس لیے فاسٹ فوڈ کے بجائے اپنے گھر والوں،
خصوصاً بچوں کو صحت مند غذا دیں۔ مگر یہاں سوال ہے
توازن اور تناسب کا۔ کبھی بکھار پڑا یا برگر آپ کو زیادہ
انقصان نہیں پہنچائیں گے، لیکن ان کا روزانہ استعمال غلط
ہے۔ اس کی جگہ متوازن غذا کھائیں۔

فاسٹ فوڈز کی خواہش ترک کرنا محض غذائی عنصر کی
وجہ سے نہیں، بلکہ گھریلو کھانوں کی معالجاتی حیثیت اور
طمینانیت سے بھی ہے۔ اگر آپ واقعی دن کے آخر میں کھانا
پکانے سے بیزار یا تنگ جاتی ہیں تو اس
کے لیے ایک پر تکلف سلاہ بنا سکتی ہیں

اور کھانے سے لطف اندوز ہو سکتی ہیں، یہ نسبت بھاری
کھانے کے۔

اپنے فریق میں ایسی تمام سبزیوں اور سلاہ رکھیں جن
سے آپ ایک خوبصورت کھانا فوراً تیار کر سکیں۔ زیادہ کچی
غذا کھائیں، یہ غذائیت سے بھرپور ہوتی ہے، یا تھوڑے
طور پر سادہ طریقے سے اور تازہ پکائیں۔ دھنیے اور اورک
کے ساتھ ہلکی تلی ہوئی تازہ سبزیوں یا مریچ، لہسن کے

سے اجتناب کرتے ہوئے تازہ اور حیاتیاتی غذا کی طرف راغب
ہوں۔ غذائی ایشیا کی خریداری سے پہلے ہمیں یہ معلوم ہونا چاہیے
کہ ہمیں ان کی پرکھ کس طرح کرنی ہے۔

لامیاتی غذا استعمال کریں: آج کی دنیا
میں نیچرل کا مطلب ہے "نامیاتی" اور لوگوں کی اکثریت
اب اس جانب متوجہ ہو رہی ہے۔ جب کہ اس پر لاگت
بھی کم آتی ہے۔ یہ کم پانی اور زیادہ ٹھوس اور غذائیت پر
مشتمل ہے، جو زمین میں اگتی ہے اور مصنوعی اجزاء سے
پاک ہوتی ہے۔ اکثر خواتین بھی یہ جان گئی ہیں کہ اگر ان

مصنوعی اجزاء پر مشتمل خوراک کو ترک
کر لیا تو وہ اچھی صحت اور طاقت سے
محروم رہیں گی۔ شفاف اور صحت بخش کھانے پیاریوں سے
دور رکھتے ہیں۔ اس لیے اچھا کھائیں، پیئیں، بجائیں اور صحت
بنا لیں۔

فاسٹ فوڈ: اکثر فاسٹ فوڈ ایسے اجزاء پر مشتمل
ہوتے ہیں، جن کے مضر اثرات ہو سکتے ہیں اور غذائیت
سے محروم، چربی اور نمک سے بھرپور ہوتے ہیں۔ جو
ناسرغ جسم اور دماغ کے لیے بھی مفید نہیں۔ کیا آپ

سیمما ولی محمد

گیری "میری زبان ہے، جو تخت پر بھی بٹھا سکتی ہے اور
تخت دار پر بھی، اب یہ آپ منحصر ہے کہ کون سی مسند
پسند کرتی ہیں۔
ہمیشہ، پہلے تو لو پھر بولو، کاسٹری اصول اپنائیں۔ یہ
زبان، جو گوشت کا چھوٹا سا ٹکڑا ہے، ہتھ پتے گھر اجازت دینا
ہے، فیصلہ آپ کا ہاتھ میں ہے کہ اس کا استعمال کیسے
کرتی ہیں۔ امام غزالی نے فرمایا تھا۔ بڑا آدمی وہ ہے جسے
اپنے دل اور زبان پر قابو ہو۔



کسی اور کو مل جائے گا اور وہ کم مہا ہے اور بے حیثیت ہو جائیں
گی تو تب کیا وہ مکافات عمل سے بچ سکیں گی...؟
یاد رکھیں! کڑوی باتیں کہہ کر الفاظ کے نشتر چلا کر یا
طنطنے دینے سے نہ ہم معاشرے میں کوئی نمایاں مقام
حاصل کر سکتے ہیں اور نہ ہی خود عزت و تکریم پاسکتے
ہیں۔ دنیا میں زیادہ تر فسادات زبان کی بے احتیاطی اور
بے باکی سے جنم لیتے ہیں اور جتنا نقصان زبان پہنچاتی ہے،
کوئی اور نہیں پہنچا سکتا۔
زبان کے متعلق مشہور ہے "زبان شیریں ملک

افسردہ رہنا چھوڑیے

اس رویے سے آپ کی خوبصورتی اور حسن مادم پڑھاتا ہے...

بعض خواتین بات بے بات پر لہجہ فکر مند اور افسردہ رہتی ہیں۔ وہ اگر غور کریں تو انہیں
خود بھی اندازہ ہو جائے گا کہ محض ان کی اس عادت کے سبب ان کا حسن دن بہ دن زائل ہوتا
جاتا ہے۔ اکثر خواتین یہ نہیں سوچتیں کہ کسی بھی کام کے روشن اور تاریک دونوں پہلو ہر

مرحلے پر موجود ہوتے ہیں۔ مسئلہ یہ ہے کہ اسے کون سے رخ سے دیکھا جا رہا ہے آپ کو اپنی ذات پر اعتماد ہے، جو صلہ
بلند اور عزم موجود ہے، اگر آپ راسخ العقیدہ ہیں تو آپ ضرور یہ ضرور روشن پلاؤ دیکھ لیں گی۔ یہ دنیا آپ کے لیے بنی

بھی گھبرانا، انتشار پھیلانا، گھر
راست گھر رکھنے والوں کا شیوہ
پریشانی کی وجوہات معلوم
وہ کیا کچھ کر سکتے ہیں اور پھر
کی رضا پر چھوڑ دیتے ہیں۔
ہر دم فرضی تہمت لگاتے ہیں۔
لیے۔ یہ سچ ہے کہ اگر دل نہ
جائے تو اس کا نتیجہ اچھا ہی نکلتا



سخت سے سخت مرحلے پر
سر پر اٹھا لیتا، روشن ضمیر اور
نہیں ہے۔ وہ حتی المقدور
کرتے ہیں اور پتہ لگاتے ہیں کہ
عمل کرنے کے بعد وہ نتیجہ خدا
بعض لوگ ضرورت سے زیادہ
شاید اپنے دکھ دور کرنے کے
چاہنے کے باوجود مسکرا دیا

ہے۔ ہر بات وقت پر نہ کی جائے تو اس کا اثر ختم ہو جاتا ہے۔ مناسب وقت پر مناسب بات کی جائے۔ ہر کس و تا کس سے
درخواست کے ساتھ ہر دم معافی مانگی جائے اور نہ ہی غصے اور تھکمانہ انداز سے بات کی جائے۔ اگر آپ کے کھڑے ہونے
کا اور بیٹنے کا انداز، گفتگو کرنے کا طریقہ اور پھرے کے تاثرات اطمینان بخش اور پرسکون ہیں تو آپ کی شخصیت پر اس کا
اچھا اثر ہوگا، دوسرے بھی متاثر ہوں گے۔ لیکن ہر دم منہ لٹکانے رہیں، منہ مار گفٹگو کریں گی نلٹنے والا بیزار ہو جائے
گا۔ ذہانت، راست گوئی اور ہلکا سا پرمزاح ادبی انداز آپ کو ہر لحیزہ بنائے گا۔

پہلے کولڈ کريم

سرد اور خشک موسم میں بہت کولڈ کريم
جلد کو خشکی اور روکھے پن سے محفوظ رکھے۔ اس
کا باقاعدہ استعمال جلد کو تروتازہ اور نلکے بنائے۔



کراچی کے جلدخان ہوشیار

تازہ سبزیوں اور پھلوں کی بہتات ہوتی ہے۔ کچی اور کھانسی
ہوئی دالیں اور مچھلی پر دوشن، کاربوہائیڈریٹ اور ایندھن
مہیا کرتی ہیں۔

تیار خوراک کو نظر انداز کرنا: اگر آپ خاص
درجوں پر محفوظ کی گئی اجزاء پر مشتمل غذا استعمال کرتی
ہیں تو بیماری کو دعوت دیتی ہیں۔ ان کے زہر آلود ہونے کا
اندیشہ ہوتا ہے۔ تحقیق ثابت کرتی ہے کہ انسان کو قدرت
کے اصولوں کو تبدیل نہیں کرنا چاہیے۔ ہو سکتا ہے کہ
اسے تبدیل کرنے کا غیازہ مستقبل میں آئندہ نسلوں کو
بھگتنا پڑے۔ اس لیے ایسی خوراک سے اجتناب کرنا ہی
بہتر ہے۔

ہلکی اور کم خوراک: کم چکنائی اور کیلوریز کی کم
مقدار بھی اچھی اور متوازن غذا کا بنیادی اصول ہے۔

ایسی خوراک سے جڑے رہنا، سرگرم اور کام کرنا
والی خواتین کی جسمانی سرگرمی کے لیے توانائی اور طاقت
سے بھرپور احساس دیتی ہے۔ دیکھا گیا ہے کہ ایسے افراد
جو کم کیلوریز پر زندہ رہتے ہیں، زیادہ عمر پاتے ہیں۔ لیکن
اس کا یہ مطلب بالکل نہیں کہ چکنائی ترک ہی کر دی
جائے۔ چکنائی کی درمیانی مقدار ذہنی اور دماغی صحت کے
لیے ناگزیر ہے، مگر بہت زیادہ مقدار دماغ کو متاثر کر سکتی
ہے۔ خون زیادہ موثر انداز میں روانی سے جسم میں گردش
نہیں کر پاتا۔ غیر صحت مند اور بہت زیادہ خوراک بھی
آپ کی توانائی کو ہلاک کر سکتی ہے۔ اس کی یہ نسبت بالکل
چھٹکی غذا آپ کو وہ تمام غذائیت دے گی، جس کی آپ کو
ضرورت ہوتی ہے۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کی خوراک، ٹھوس
غذائیت پر مبنی ہو۔ تیس فیصد پھل اور سبزیاں، بقیہ پھل
اور بہت کم حصہ گوشت پر مشتمل ہونا چاہیے۔



ساتھ بھاپ میں پکی ہوئی گو بھی یا نوڈلز اور پاستا کی ڈشز
تیاری میں زیادہ وقت نہیں لیتیں اور ایک مزے دار کھانا
مہیا کرتی ہیں، پھر جب آپ کے پاس وقت ہو اور گھر میں
کھانا پکانے کا موڈ بھی ہو تو کوئی اچھی ڈش تیار کر لیں، بجائے
فاسٹ فوڈ کھانے کے۔

اگر آپ کے بچوں کو دو کھانوں کے درمیان بھی
بھوک لگے تو کوئی تازہ پھل کھالیں....

سادہ ہی بھی ایک بہترین خوراک ہے۔ چاکلیٹ کی
زیادتی بھی ایک غیر صحت مند عادت ہے، جسے ترک
کرنا بچوں کے لیے بہت مشکل ہوتا ہے۔ اگر بسکٹس اور
ٹمکین اسٹیکس گھر میں نہیں ہوتے تو بھوک کے کمزور
لحاح میں ان کی خطرناک ترقیب کا شکار بھی نہیں ہوا
جاتا۔ چٹ پٹے اسٹیکس، بظاہر بڑے مزے دار ہوتے
ہیں، مگر ان میں نمک کے ساتھ ساتھ چکنائی بھی بہت
زیادہ ہوتی ہے۔ اس لیے آپ خواہ کتنے ہی دباؤ میں ہوں
اور کھانے کی تیاری کے لیے کتنا بھی کم وقت ہو، اپنی غذا کو
پوری توجہ سے تیار کریں۔ اس کے ذائقے سے لطف اندوز
ہوں، اس کی خوشبو کو سراہیں اور بھرپور طریقے سے
کھائیں۔

روز مرہ کچی خوراک: روزانہ اچھے اور بدل بدل کر
کھانے بلڈ شوگر کی سطح کم ہونے سے محفوظ رکھتے ہیں۔
دماغ کو روزانہ گلوکوز اور آکسیجن کی سپلائی کی ضرورت ہوتی
ہے۔ متوازن اور خوراک کا بدل بدل کر استعمال گلوکوز
کے اندر خوراک کی تبدیلی مہیا کرتا ہے۔

”تھوڑا اور اکثر“ ایک مفید اصول ہے۔ یہ توانائی کی
سطح پر قرار رکھتا ہے اور کو لیسٹروئل کم کرتا ہے۔ متوازن
اور بدلتی ہوئی خوراک دماغ کے بائیو کیمیکل فنکشن بڑھاتی
ہے، جس کی آج کی مصروف خواتین کو ضرورت ہوتی
ہے۔ متوازن غذا میں نمک، چکنائی اور شکر کم ہوتی ہے اور

نورمانی نائجمن

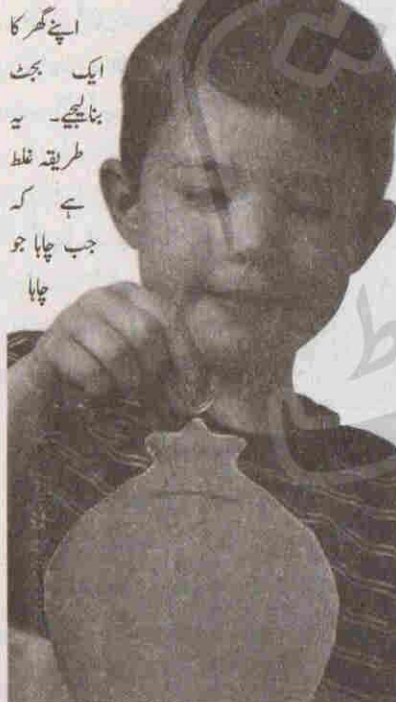
بچوں میں جو بچے عمر میں بڑا ہے اسے کاغذ قلم دے کر
گروہی آزمائش کی فہرست بنوائے۔ فریج میں ختم ہونے
والی چیزوں، ہاتھ روم کی صفائی اور ٹوائلٹری کے سامان کی
فہرست بنوائے اور اسی وقت اس کی ترجیحا

ہر دولت مند شخص کو وراثت میں مالی خوشحالی نہیں
ملتی۔ کسی کسی کو عمر کے آغاز ہی میں سخت جدوجہد کرنی
پڑتی ہے۔ ایک دلچسپ سوال یہ
ہے کہ دولت مندوں

بچو! پیسے خرچت پر نہیں لگتے

کی اکثریت پیسے کو خرچ
احتیاط سے خرچ
کیوں کرتی ہے...؟ کیا انہیں وقت کی گردش مستقبل بین
بنادیتا ہے اور وہ ذرا اندیشی سے کام لیتے ہوئے سوچ سمجھ
کر پیسے کا استعمال کرتے ہیں یا کجوسی سے خرچ کرنے میں
عافیت محسوس کرتے ہیں۔ ہمارا ذاتی خیال ہے کہ پیسے کو
سوچ سمجھ کر خرچ کرنا ہی اصل میں دانشمندی ہوتی ہے۔
اگر آپ کروڑ پتی بننا چاہتے ہیں تو آج ہی سے منصوبہ بندی
شروع کر دیں۔

ضرورت اور اصلاح بھی کرتی جائے، بول بچوں کو اشیائے
خورد و نوش کی معلومات بھی حاصل ہوں گی۔ بچ جانے والی
اشیاء کا بھی اندازہ ہو گا اس طرح ایک فائدہ یہ بھی ہو گا کہ
بچہ اشیاء کی بڑھتی ہوئی قیمتوں پر نظر رکھے گا اور اپنی گھریلو
ضرورت کو محسوس کرے گا۔ تو اسے پیسے کی قدر و قیمت کا
بھی اندازہ ہو سکے گا۔



اپنے گھر کا
ایک بجٹ
بنا لیجیے۔ یہ
طریقہ نفلط
ہے کہ
جب چاہا جو
چاہا

جب بچے کے گفتا شروع کرتا ہے تب ہی اسے ایک
مٹی بکس یا گلاب لاکر دے دینا چاہیے تاکہ وہ ریز گاری جمع
کرنے کے شوق میں روپیہ بچانا اور سوچ بچار کے بعد
ضروری کاموں کے لیے خرچ کرنا سکھ جائے۔ گزشتہ سال
یورپ میں اس موضوع پر ایک ریسرچ کی گئی، آئیے اس
ریسرچ کے ایسے نکات کا مطالعہ کرتے ہیں جن پر ہمارے
معاشرے میں بھی عمل پیرا ہوا جا سکتا ہے۔

پیسہ خرچ کرنے کی تربیت کسے کہتے ہیں...؟ آپ
پیر مارکیٹ جانے کا ارادہ رکھتی ہیں...؟ اور گھریلو استعمال
کی چھوٹی بڑی اشیاء کی فہرست بنانے جاری ہیں، اپنے

اپنے بچوں کے ذہن پر یہ بات نقش
کر دیجیے کہ آج بچت کرنا سیکھو
گے تو کل کروڑ پتی بنو گے!

Break-Free from stress Dis-Eases illnesses

پیشہ ور

ہر طبقہ فکر

طلبہ

کام میں اعلیٰ کارکردگی
کاروبار میں نمایاں کامیابی
زندگی میں بہترین نتائج
اچھی صحت اور سکون

اپنے اعصابی تناؤ اور باؤ کو قابو حاصل کیجئے
کاروباروں سے بھٹکارہ حاصل کیجئے۔
مہذب معاشرے کی جدیہ سائنسی تحقیق سے ثابت شدہ
انتھار اور بے سکونی کو ختم کرنے والی ٹیکنالوجی کے
ذریعے، کامیابی کی حکمت کے ساتھ، اپنے انتھار
اور بے سکونی کو صحت، خوشی اور آگے بڑھنے کی
صلاحت سے تبدیل کیجئے۔

تعلیمی میدان میں اعلیٰ کارکردگی
اور بہترین نتائج حاصل کیجئے۔
امتحان میں بہترین نمبر لے کر اچھی کارکردگی
حاصل کیجئے۔
سوچنے سمجھنے کی صلاحیت، بہترین یادداشت اور
تعلیمی میدان میں مقابلہ کی قابلیت حاصل کیجئے

خود انحصاری کو حاصل کرنے کا بہتر ذریعہ اعصابی تناؤ اور دواؤں کے بغیر زندگی گزارنیے
ان ہمدردی کے ساتھ۔ شفا بچت کے ساتھ

دو عمل وقوع: کلینک ہسپتال (دکھو)، بہادر آباد کلینک
ملاقات کے لئے کال کیجئے: 0321-3894095, 0336-2200400
www.medicinewithless.com
ہمارے میڈیسن لیس کلینکس میں خفا، باہمی طرح معرکہ کشش ختم ہوا ہے۔

گھر کی روشنیوں

آپ کے ذوق کا آئینہ دار ہیں

خواب گاہ کے لیے روشنی کا انتخاب:

آپ کی خواب گاہ آپ کا گوشہٴ عافیت ہے۔ جہاں آپ پرسکون ہو کر وقت گزارنے اور آرام دہ نیند کے لیے

جانتے ہیں۔ دھیمی دھیمی روشنی، تھکے ہوئے اعصاب پر بہت مثبت اثر ڈالتی ہے۔ اسی لیے انٹریئر ڈیزائنرز بیڈ روم کے لیے تیز اور آنکھوں کو چھیننے والی روشنی کے انتخاب سے منع



کرتے ہیں۔ اس کمرے کے لمپس خریدتے وقت ان میں روشنی کم یا زیادہ کرنے کی اضافہ خوبی کو ضرور مد نظر رکھیں۔ اگر آپ کا انتخاب کمرے کی کلر اسکیم سے ہم آہنگ ہو تو وہ آنکھوں کو اور بھلا محسوس ہو گا۔ بیڈ روم میں عام طور پر چھوٹے یا درمیانے سائز کے لمپ مناسب رہتے ہیں۔ اگر

آپ کے بیڈ کے اطراف جگہ کم ہو تو کسی گوشے میں اسٹینڈنگ لمپ بھی بہتر انتخاب ہو سکتا ہے۔ روز مرہ امور کی انجام دہی اور دن کے اوقات میں



گھر کے ماحول اور اپنے موڈ کو روشنی سے ہم آہنگ کریں....

معاملہ جب گھر کی آرائش کا ہو تو روشنی کی جاتی ہے کہ فرنیچر، قالین اور انواع و اقسام کے ڈیکوریشن پیسز سے سجاوٹ کی جائے۔ یہ تمام اشیاء یقیناً گھر کی خوبصورتی کو بڑھا سکتی ہیں۔ اگر ان کے ساتھ مناسب اور خوبصورت روشنیوں کا استعمال کر کے ان کی آب و تاب کو بھارا جائے۔ حالیہ دور میں گھر کی تزئین و آرائش میں لائٹنگ کو

بہت اہمیت دی جاتی ہے اور اسی وجہ سے مارکیٹ میں آج کل کئی اقسام کی فینسی لائٹس، فانوس اور لمپ دستیاب ہیں۔ بات صرف درست مناسب جگہ پر چیز آراستہ کرنے کی ہے۔ ماہرین نفسیات کی رائے میں انسانی موڈ پر روشنی

مخفی اور مثبت دونوں طرح سے اثر انداز ہو سکتی ہے۔ اس لیے

گھر کی تعمیر اور آرائش میں ہر

کمرے کے استعمال کے لحاظ سے لائٹس کی فننگ کروائی جائے تو ناصرف گھر کی اندرونی و بیرونی خوبصورتی کو اجاگر کیا جاسکتا ہے بلکہ اہل خانہ کے موڈ پر بھی اس کے خوشگوار اثرات مرتب ہو سکتے ہیں۔

کی طرف سے پیسہ اپنی کے مطابق خرچ کرنے نکل پڑتے ہیں۔ کچھ والدین بچوں کو بچت کرنے کی تحریک دلاتے ہیں اور یہ جیب خرچ کی رقم جمع کرنے کی مسلسل تاکید کرتے ہیں۔ آج کل اکثر بچے سیل فونز کے کارڈ خریدتے وقت والدین کی طرف دیکھتے ہیں جبکہ والدین چاہتے ہیں کہ بچہ اپنی جیب خرچ سے کارڈ خریدے تاکہ اسے پیسوں کی قدر و قیمت کا اندازہ ہو اور وہ احتیاط سے کارڈ استعمال کرے۔

بچوں کے لیے پیسے کا استعمال سیکھو: یہ ایک نصیحت ہے اور تربیت کا لازمی پہلو کہ بچہ صرف جنک فوڈ کھانے کے لیے جیب خرچ استعمال نہ کرے۔ بہتر ہے کہ وہ کوئی کیوٹیو گیم، سافٹ ویئر، کوئی ڈرائنگ میٹریل یا کوئی کتاب خریدے، تاہم یہ سب چیزیں بہت قیمتی نہیں ہوتی چاہئیں۔ اپنا جیب خرچ استعمال کرنے کے لیے تھوڑی سی آزادی اعتماد بحال رکھتی ہے۔ اگر آپ کے بچے کو کوئی کارڈ چیز پسند کرتی ہے لیکن وہ اس کی ماہانہ بچت سے کہیں زیادہ ہے تو اس کی مالی مدد کی جانی چاہیے۔

جیب خرچ کی رقم میں اضافہ ایک برس کی بچت دیکھنے کے بعد کریں، اس سے پہلے کیے جانے والے اضافے کی صورت میں اضافہ شدہ رقم خرچ کرنے کی لگن بھی بڑھ سکتی ہے۔ ممکن ہے بچہ خود کو کنٹرول نہ کر پائے اور بلا ضرورت کچھ خرید لے۔ بچوں کو اشیاء کی تعارف اور رعایتی قیمتوں سے فائدہ اٹھانے کی ترغیب دیا کریں۔

بچپن سے فلاحی کاموں میں روپیہ خرچ کرنا سیکھیے:

صدقات، خیرات اور فلاحی امور کے سلسلہ میں رقوم خرچ کرنا بڑوں کا فریضہ تو ہے لیکن سمجھ اداری اس میں ہے کہ بچپن ہی میں کسی فلاحی ادارے میں بچوں کو اپنے ہمراہ لے جایا جائے اور ان کے ہاتھوں سے کسی

بچے کو اپنی رقموں سے فلاحی کاموں میں روپیہ خرچ کرنے کی عادت ڈالنا بہت ضروری ہے۔

بلا ضرورت خرید لیا۔ ملک کا بجٹ بتا ہے تو بہت سے لوگ ٹی وی کے سامنے بیٹھ جاتے ہیں تاکہ نئے ٹیکسز، مراعات اور قیمتوں کے تخمینے لگا سکیں، اسی طرح گھر کے بجٹ میں بھی خیال رکھیے کہ آمدنی سے زیادہ اخراجات نہ بڑھ جائیں۔ ایک حد میں پیسے کا تصرف اور استعمال یقینی بنانے کے لیے بچوں میں ہاتھ روک کر پیسہ خرچ کرنے کی عادت ڈالنا بہت ضروری ہے۔

پیسے کی قدر۔ کس طرح ہوتی ہے؟ ایسا نہیں ہوتا کہ جب آپ کو دوستوں، عزیزوں یا بہی خواہوں سے قرض لینے کی نوبت آجائے تب ہی آپ کو پیسے کی قدر ہو۔ اس کی قدر و قیمت کا اندازہ اس وقت لگائیے جب آپ کے پاس پیسے کی فراوانی ہو۔ وسائل لامحدود ہوں یا آپ محنت شاقہ کے بعد ٹھیک ٹھاک رقم پس انداز بھی کر سکتے ہوں، یعنی آپ کے مالی حالات بہت اچھے ہوں۔

آج آپ یوں سمجھیے کہ کسی بھی مد میں پیسہ بچانے پر بچوں کے درمیان مقابلہ رکھیے۔ دیکھیے کہ آپ کا کون سا بچہ سنجیدہ، زیادہ سمجھدار اور پیسہ بچانے کی حکمت عملی کو سمجھ چکا ہے۔ یہ انوکھا مقابلہ بچوں میں بجٹ کے مطابق پیسے کے استعمال اور بے جا اخراجات نہ کرنے کی تحریک دلائے گا۔ ہر بچے کو ایک نوٹ بک دے کر پابند بنادیتھیے کہ وہ اپنے مالکانہ یا ہفتہ واری اخراجات اور بچت سے متعلق رپورٹ لکھے گا اور یہ ریکارڈ آپ چیک کر کے محسوس کر لیں گے کہ چند ہفتوں ہی میں بچہ کا دماغ اس صحت مند سرگرمی میں شریک ہونے لگے۔

آج موجودہ دور میں تقریباً ہر بچے کو جیب خرچ کے لیے کچھ نہ کچھ رقم ملتی ہے۔ بچوں کی سالگرہ اور عید یوں کے ضمن میں جمع ہونے والا کیش (نقد روپیہ) بھی اکثر والدین بچوں ہی کے پاس رکھوا دیتے ہیں۔ کچھ بچے والدین



گھر یا جگہوں
میں فاتح کوئی بھی
ہو نقصان گھر کا ہی
ہوتا ہے۔ اکثر
معاملات میں یا تو
عورت خدی، جامل،
خضہ، پچوہڑ اور گناخ
ہوتی ہے یا پھر مرد
تیز مزاج، بد زبان،
فلزگو، ہتھ چٹ اور
بعض جگہ بیوی کی

یہ گھر کیسے ٹوٹا...؟

کھا ہوتا ہے۔
بد زبان اور مرد کی معاشی کمزوری ان تمام جگہوں کی بنیاد
بنتی ہے۔ اس قصے میں یہ بتایا گیا ہے کہ اگر مائیں بیٹیوں کو سلیقہ شعاری، انکساری اور غلوں کی قدر کرنا نہیں
سکھاتیں تو انہیں اکثر زندگی میں مصائب سے دوچار ہونا پڑتا ہے، اس کہانی میں لڑکی نے اپنی بد سلوکی اور
نالائقی کی وجہ سے ایک محبت کرنے والے خاندان کو سکون سے محروم کر دیا تھا، مکافات عمل کے نتیجے میں
اس کی زندگی برباد ہو کر رہ گئی۔۔۔۔۔ (اس قصے میں افراد اور مقامات کے نام فرضی ہیں)۔

زرینہ کا تعلق ایک غریب گھرانے سے تھا۔ اس کے والد نیک اطوار کے حامل تھے لیکن **ریحانہ شفاقت ناز** والدہ ان سے بہت مختلف تھیں۔ زرینہ کی چھ بہنیں اور چار بھائی تھے۔ چار بہنوں اور دو بھائیوں کی نشادیاں ہو چکی تھیں۔ دونوں بھابھیاں اپنے شوہروں کو لے کر الگ ہو چکی تھیں۔ جبکہ چاروں بہنیں اکثر میکے ہی میں نظر آتیں۔ اکثر رشتہ دار خواتین دے دے لفظوں میں زرینہ کی ماں کو سمجھایا کرتیں کہ بیٹی بیٹیاں سسرال میں ہی اچھی گتی ہیں۔ ان کا ہر وقت میکے آنا جانا ان کے اپنے گھر کے لیے اچھا نہیں ہے۔

زرینہ کی ماں ان کی باتوں کو ایک کان سے سنتیں اور دوسرے سے نکال دیتیں۔ ماں بیٹیاں ایسی رشتہ دار خواتین کے خلاف اکثر عجز بھی کھول دیا کرتی تھیں۔ چنانچہ سب نے کہنا چھوڑ دیا تھا۔ کچھ عرصے کے بعد ایک بیٹی کا شوہر اپنی بیوی کو لے کر اپنے والدین سے الگ ہو گیا۔ وہ اپنی بیوی کو اسکے والدین سے ملوانے ساتھ لے کر آتا اور ساتھ لے کر جاتا۔ دوسرے دامادوں کی اتنی حیثیت نہیں تھی کہ وہ انہیں الگ گھر لے کر دیتے۔ چاروں بیٹیوں کے سسرال والے اپنی بہوؤں کے رویوں سے سخت پریشان رہتے تھے۔

کمرے کو روشن کرنے کے لیے دیوار گیر لائٹ یا انرجی سیور استعمال کرنے چاہئیں۔ اگر آپ سونے سے قبل مطالعے کے شوقین ہیں تو اس کے لیے خاص ریڈنگ لائٹس بھی مارکیٹ میں موجود ہیں جن کو بیڈ سوئچ سے منسلک کر کے آپ کی پسندیدہ جگہ پر نصب کیا جاسکتا ہے۔ کھانے کے کمرے کو کیسے روشن کیا جائے: کھانے کے کمرے کے لیے ایسی لائٹس خریدیں جو خوبصورتی کے ساتھ آپ کی ضرورت کو بھی بخوبی پورا کرنے کی صلاحیت رکھتی ہوں۔ کیونکہ یہ ایک ایسی جگہ ہے جہاں کبھی آپ کو بہت پر تکلف ڈنر کا خاص اہتمام کرنا پڑتا ہے اور کبھی اہل خانہ یا دوست احباب کو عید ملن یا نئی پارٹی میں مدعو کیا جاتا ہے۔ روز مرہ کے لچ، ڈنر کے علاوہ بچوں کو اپنے ہوم ورک کرنے اور پراجیکٹ ورک کرنے کے لیے بھی یہی کمرہ موزوں لگتا ہے۔ اس لیے اس میں ایسی لائٹنگ کروائیں جو ہر موڈ کا ساتھ دے سکے۔

عمومی طور پر کمرے کو منور کرنے کے لیے تو دیوار گیر لائٹس جو کہ خوبصورت گلوب کے ساتھ بھی دستیاب ہیں وہ بہترین رہتی ہیں۔ جگہ گتے ماحول کا تاثر پیش کرنے کے لیے خاص طور پر ڈائمنگ ٹیبل کے اوپر نصب کرنے کے لیے جدید اور روایتی انداز کے فالوس بھی مارکیٹ میں دستیاب ہیں جو کہ بالواسطہ یا براہ راست کمرے کو ضرورت کے لحاظ سے روشن کر سکتے ہیں۔ فارمل ڈنرز میں رومالی ماحول کا تاثر پیش کرنے کے لیے خوبصورت شمع دانوں میں لگی ہوئی موم بتیاں آج کل فیشن میں ہیں۔

باتھ روم کے لیے بھی مناسب روشنی کا انتخاب ضروری ہے۔ گھر کے ہر فرد کو تازہ دم ہونے کے لیے دن کا کچھ حصہ باتھ روم میں ضرور گزارنا پڑتا ہے۔ صاف ستھرے ہوا دار اور روشن باتھ روم

ڈرائنگ روم ایک ایسی جگہ ہے جہاں ہلکی اور تیز دونوں روشنیوں آپ اپنے موڈ اور مہمانوں کے مزاج کے اعتبار سے سیٹ کر سکتے ہیں۔ ڈرائنگ روم میں سجاوٹ کے نقطہ نظر سے رکھے گئے لیمپ اس کو منور کرنے کا کام بھی بخوبی کرتے ہیں۔ بڑے بڑے ڈرائنگ رومز میں عام طور پر کمرے کے وسط میں ایک بڑا فالوس نصب کرنا کمرے کو بہترین طور پر روشن کر سکتا ہے۔



دوسری بیٹی زبیدہ کے شوہر ندیم نے سمجھداری سے کام لیتے ہوئے اُس کے غلط رویوں پر تنقید کی اور غلط راستے پر جانے سے روک دیا۔

زبیدہ کے والد مختار صاحب اپنے گھر کی صورت حال سے بہت پریشان رہتے تھے۔ لیکن اپنی بیگم کے سامنے ان کی بالکل نہیں چلتی تھی۔ ابھی دو بیٹیاں اور بیانی تھیں۔ ان کے رشتے نہیں آ رہے تھے۔ زیادہ تر لوگ ان کی بیٹیوں کی ملازمت اور بے ڈھنگے پن سے واقف ہو چکے تھے۔

مختار صاحب کا چھوٹا داماد ندیم اپنے سسر کی بہت عزت کرتا تھا۔ اُسے ان کی پریشانی کا احساس تھا۔ ندیم خود بھی ملنسار، نیک اطوار تھا۔ اس کا حلقہ احباب بھی وسیع تھا۔ زبیدہ کے لیے رشتہ ڈھونڈنا گویا اب اس کی ذمہ داری بن چکی تھی۔

اسی اثناء میں ندیم کا ٹرانسفر دوسرے شہر ہو گیا۔ ہاں تو وہ بے ہی عرصے میں سلیم نامی ایک صاحب سے چھی دو عا سلام ہو گئی۔ کچھ وقت گزرا اور ان کا میل جول بڑھا تو ندیم نے ان سے بھی اپنی سالی زبیدہ کے رشتے کی بات کی۔ سلیم کی بیگم کہنے لگیں ”ہمارے محلے میں مسز شوکت رہتی ہیں، بہت اچھا شریف گھرانہ ہے۔ ان کا لڑکا ماہ بھی بہت نیک اور سادہ طبیعت کا لڑکا ہے، ملازمت بھی اچھی ہے۔ انہوں نے مجھ سے کہا تھا کہ کوئی اچھی لڑکی تو ہوتا۔ تم اپنی سالی کو بلا لو۔ میں انہیں اس رشتے کے لیے راضی کر لوں گی۔“

غرضیکہ مسز شوکت اپنی بیٹیوں کے ہمراہ وقت گزر رہے پر ندیم کے گھر پہنچ گئیں۔ حامد بھی ساتھ ہی تھا۔ زبیدہ عام شکل و صورت کی لڑکی تھی۔ شرمائی شرمائی سی ان سب کے سامنے چائے لے کر آئی، سب کو وہ پسند آئی، کیونکہ بیگم شوکت خود سادہ طبیعت کی تھیں، انہیں ٹوٹ بالکل پسند نہ تھی۔ ان کی تمام اولادیں فرمانبردار

تھیں۔ اپنی والدہ کی رائے کا بہت احترام کرتی تھیں۔ چنانچہ اسی دن شادی کے لیے رشتے طے ہو گیا اور دو دن بعد منگنی کی تاریخ طے ہو گئی۔

ندیم اور زبیدہ نے ان کی خوب آؤ بھگت کی۔ ان کے بارے میں تمام معلومات مسز سلیم سے مل چکی تھیں۔ ادھر بھی یہی حال تھا کہ لڑکی دیکھ لی! اس کی بہن کا گھر دیکھ لیا! کافی ہے...! روپے پیسے کا لالچ تھا ہی نہیں جو ہجیر کا مطالبہ ہو تا یا ان کی حیثیت کا اندازہ لگانے کی جستجو ہوتی۔ ندیم کو بھی یہ اطمینان تھا کہ زبیدہ کی اچھے خاندان میں شادی ہوگی۔ اچھا ماحول ملے گا۔

شوکت صاحب کا انتقال ہو چکا تھا۔ ان کے سات بچے تھے۔ تین بیٹیاں اور تین بیٹے۔ تینوں بیٹیوں کی شادی ہو چکی تھی۔ سب اپنے گھروں میں خوشگوار زندگی گزار رہی تھیں۔ بیگم شوکت بہت قناعت پسند اور سلیقہ شعار خاتون تھیں۔ بچوں کی بہترین تربیت کے ساتھ ساتھ اعلیٰ تعلیم بھی دلوائی تھی۔ تینوں بیٹے برسر روزگار تھے۔ بیگم سلیم نے زبیدہ اور زبیدہ دونوں کی سلیقہ مندی کا اس قدر ذکر کیا تھا کہ سب ذہنی طور پر اس رشتے کے لیے تیار تھے۔ بیگم شوکت نیک سیرت اور خدا ترس خاتون تھیں۔ زبیدہ کی غربت ان کے لیے مسئلہ نہ تھی۔

چند روز کے بعد زبیدہ کے والدین اپنی بڑی بیٹی زبیدہ کے گھر آ گئے۔ دونوں خاندانوں کی وہیں ملاقات ہو گئی اور لڑکے کو بھی دیکھ لیا۔ مختار صاحب اپنے داماد ندیم کو بے حد دعا لیں دے رہے تھے۔

جھٹ پٹ شادی کی تاریخ طے ہو گئی۔ یوں زبیدہ شادی کے بعد اس گھر میں بڑی بہو کی حیثیت سے داخل ہوئی۔ اس گھر میں سب ہی کو حامد کی شادی کا بہت ارمان تھا۔ بیگم شوکت تو بہو کو بیٹہ سے ہی نہ آنر نے دیتیں کہ ”ابھی کام کی کیا جلدی ہے... سب موجود ہیں کام کے

لیے...!“ مندیں دوڑ دوڑ کر بھادج کا کام کر تیں کوئی کپڑے دھو رہی ہے، کوئی بال سنوار رہی ہے۔ کئی ہفتوں کے بعد کھیر پکانی کی رسم ادا کی گئی اور زبیدہ کا ہاتھ کھانے میں لگوایا گیا۔ بعد میں انکشاف ہوا کہ ہو بیگم کو تو انڈا بھی تلنا نہیں آتا ہے۔ اب یہ ذمہ داری بھی بیگم شوکت پر آن پڑی کہ انہیں کھانا پکانا سکھائیں۔ ہر کام کا طریقہ بتائیں کہ یہ ایسے کر وہ ایسے کرو... وہ دیکھ رہی تھیں کہ زبیدہ میں سلیقہ نام کو نہیں ہے اور نہ ہی گھر کے کاموں سے کوئی دلچسپی ہے۔ بیگم شوکت کو ماسیوں کے ہاتھ کا کام پسند نہ آتا تھا۔ اس لیے وہ اور ان کی بیٹیاں سب کام خود کیا کرتیں اور اس کام میں ان کا پیار اور چاہت بھی شامل ہو جاتی۔

زبیدہ کو ہر ممکن طریقے سے گھر کے پرسکون ماحول کے بارے میں بتایا گیا۔ ہر کام کا طریقہ پیار و محبت سے سمجھایا گیا۔ لیکن اُسے کسی بات کی پروا نہ تھی۔ صرف اچھے سے اچھا کھانے کی طلب تھی، گھومنا پھرنا اس کا پسندیدہ مشغلہ تھا۔ اس کی طبیعت میں خود نمائی اور اترہٹ کوٹ کوٹ کر بھری تھی۔ سینے فون کر کے گھنٹوں بات کیا کرتی اور اپنے عیش و آرام کے قفسے مزے لے لے کر سناٹی۔ جیسے جیسے وقت گزر رہا تھا زبیدہ کے پر نکل رہے تھے اس کی بہنیں بھی فون پر اسے عجیب و غریب مشورے دیا کرتی تھیں۔

اس کی مندوں اور دیوروں نے کبھی ایسا ماحول نہ دیکھا تھا۔ بھادج کے رویے سے سب ہی دلبرداشتہ ہو رہے تھے۔ اُس نے سب کو بہت مایوس کیا تھا۔ شادی کے کچھ عرصے بعد زبیدہ کے والد کا انتقال ہو گیا۔ وہ صرف انہی سے ڈرتی تھی۔ چنانچہ اب رہا سا ڈر بھی ختم ہو چکا تھا۔ دوسرا ستم یہ ہوا کہ حامد بھی اب اس کے رنگ میں رنگتا جا رہا تھا۔ اس بات سے زبیدہ کو اور بھی شہہ ملی اور وہ اپنی

ساس سے زبان درازی بھی کرنے لگی۔ حامد زبیدہ کا ساتھ دیتا اور اس کی حمایت کر کے سب کا دل دکھانے لگا تھا۔ اس حمایت کی وجہ سے جو کہ اکثر غلط ہوتی تھی، زبیدہ ڈھیٹ ہوتی جا رہی تھی۔ رشتوں کا احترام کرنا اُسے پہلے ہی کب آتا تھا۔ اپنی ہی طرز کے لوگوں سے ملنا اُسے پسند تھا اور ان کی خوب خاطر تواضع کرتی دیگر لوگوں کو وہ نہایت بے مروتی کے ساتھ نظر انداز کر دیتی۔ مندیں اور دیور تو اس کی آنکھوں میں کانٹے کی طرح کھکتے تھے۔ حامد کی والدہ اور بہن بھائیوں نے حامد سے بہت کہا کہ وہ الگ گھر خرید لے تاکہ اس کی زندگی سکون سے گزرے اور اس گھر میں بھی سکون ہو۔ حامد الگ گھر لینے کا سن کر ٹال دیتا اور ماں سے محبت جتانے لگتا۔ ماں کا دل مہینج جاتا۔

کچھ وقت اور گزرا، زبیدہ اپنی زبان درازی کی وجہ سے پورے محلے میں بدنام ہو چکی تھی۔ زبیدہ کا زیادہ وقت غیر منگنی ٹی وی چینلز دیکھتے گزرتا۔ ان کے واہیات ڈرامے اُسے نت نئے ہنکھلے سکھارے تھے، جو وہ آئے دن اپنے سسرال والوں پر آزماتی رہتی تھی۔ زبیدہ کے ہاں ابھی تک اولاد بھی نہیں ہوئی تھی

گھر میں ساجد کی شادی کرنے کی باتیں ہو رہی تھیں۔ ساجد نے ماں بہنوں سے کہا کہ اب بہت سوچ سمجھ کر قدم اٹھائیے گا۔ ایسا نہ ہو کہ پھر کسی مصیبت میں پھنس جائیں۔ بیٹے کی بات سن کر ماں نے کہا ”بیٹا یہ سب نصیب کے کھیل ہیں۔ شروع میں سب کچھ اچھا لگتا ہے اصل حقیقت بعد میں ہی نکلتی ہے کہ آنے والی کارویہ کیا ہے۔ وہ گھر کو گھر سمجھتی ہے یا نہیں۔ اس کے والدین نے اس کی تربیت کیسی کی ہے۔ بس اللہ سے اچھے کی دعا مانگو۔“

ساجد کی شادی ہو گئی اور حمیرا دلہن بن کر اس گھر میں آ گئی۔ سب بہت خوش تھے سوائے زبیدہ کے۔ ہر وقت پیشانی پر تیوریاں پڑی رہتیں۔ حمیرا گھر والوں سے

گلی ملی رہتی، جبکہ زریں اپنے کمرے میں ڈرامے دیکھنے میں مصروف.... حمیرا نے جلد ہی گھر کا تمام کام سنبھال لیا۔ خاص طور سے اپنی ساس کا بہت خیال رکھتی۔ ان کی خدمت میں کوئی کسر نہ اٹھا رکھتی۔ ننہیں جب بیٹے آتیں تو ان کی خوب خاطر مدارت کرتی اور ان کے بچوں کو اپنے ارد گرد جمع رکھتی۔ چھوٹے دیوروں کو بھی گویا بڑی بہن مل گئی تھی، جس سے وہ اپنی چھوٹی چھوٹی باتیں بھی بلا جھجک کر لیا کرتے۔ ساس تو ہر وقت دعاؤں ہی دیتی رہتیں۔

حامد کی تنخواہ پر زریں کا مکمل قبضہ تھا۔ حامد گھر میں اخراجات کے لیے ایک روپیہ بھی نہیں دیتا۔ وہ تو مرحوم شوکت صاحب کی پینشن سمیت شوکت کو ملتی تھی اور دو مکان تھے جن کا کر ایہ آتا تھا، اس لیے معاشی پریشانی کا تو کوئی مسئلہ نہیں تھا، لیکن گھر کا سکون زریں کی وجہ سے آئے دن برباد ہوتا رہتا تھا۔ زریں حامد کے ساتھ بھی خوب بدزبانی کرنے لگی تھی۔

آج جب ساجد آفس سے آیا تو اس نے ایک عجیب و غریب خبر سنا لی کہ زریں کی تیسرے نمبر کی بہن رشیدہ نے اپنی اپنا بیچ ساس کو اولاد تک ہوم میں داخل کروا دیا ہے اور یہ بات زریں کے کسی رشتے دار نے ساجد کو بتائی۔ یہ سن کر سب بہت غزبہ ہوئے اور کہنے لگے اللہ ہر ایک کو ایسی شہ پند عورتوں سے بچائے۔ بات افسوسناک تھی اور توجہ خیز بھی۔

زریں حامد سے زبان درازی کرتی، دیورانی، ننہوں اور ساس کو بھی خوب کوستی۔ ساس صبر کرتیں لیکن اکثر ان کی آنکھوں سے آنسو بہہ نکلتے جو گھر کے دیگر افراد کے لیے بے حد تکلیف کا باعث بنتے تھے۔

حمیرا اور ساجد کو اللہ نے اولاد کی نعمت عطا کر دی تھی۔ گھر میں خوشیوں کی بہار آگئی تھی۔ گھر کا ہر فرد

خوش تھا سوائے زریں کے۔ حامد زریں کے رنگ میں بالکل رنگ چکا تھا۔ گھر والے سمجھانے کے لیے کچھ کہتے تو وہ اپنی بیوی کی طرف سے سب سے لڑتا۔

ایک روز بیگم شوکت کا دل ان کی طرح باہمت ثابت نہ ہو سکا اور اچانک اس نے کام کرنا چھوڑ دیا....

انتقال کے روز اکثر خواتین آپس میں یہ سرگوشیاں کر رہی تھیں کہ بیگم شوکت کو حامد کی ازدواجی زندگی کا بھیانک روپ ہی لے ڈہا۔ اندر ہی اندر غم کے پہاڑ کو چھپاتے چھپاتے وہ سب کو داغ مفارقت دے گئیں۔ دل کے دورے نے ان کی جان لے کر انہیں اذیت ناک ماحول سے نکال دیا۔

ساس کے انتقال کے کچھ عرصے بعد اپنی بہنوں کے کہنے پر زریں نے مطالبہ کر دیا کہ ایک مکان اس کے نام کر دیا جائے اور اس کا یہ مطالبہ ہر گزرتے دن کے ساتھ زور پکڑتا گیا۔ ہر وقت کا جھگڑا شروع ہو چکا تھا۔ گھر کا ماحول خراب سے خراب تر ہوتا جا رہا تھا۔ اب حامد بھی زریں سے بدظن رہنے لگا تھا۔ دونوں میں اکثر ٹوٹکار بھی ہو جاتی۔

اس روز صبح سے ہی حامد کے ساتھ زریں کی ٹھکرار جاری تھی۔ بالآخر دھواں دھار لڑائی شروع ہو گئی، اس کے بعد وہ اپنا بیگ تیار کر کے میکے روانہ ہو گئی۔

سب نے ہی حامد کو سمجھایا کہ ”بھائی آپ کو بھابھی کے ساتھ اس طرح بات نہیں کرنی چاہیے تھی....“

حامد نے سب کی سنی ان سنی کر دی۔ والدہ کے انتقال کے صدمے سے ادب ہی طرح ٹوٹ گیا تھا اور اب اس کی آنکھیں بھی کھل گئی تھیں۔ اسے اندازہ ہو گیا تھا کہ اس کی والدہ کے یوں اچانک انتقال کا سبب اس کا ہی غم تھا.... وہ اس کی خوشیوں کو یوں برباد ہوتا دیکھ کر اندر ہی اندر کڑھتی رہتی تھیں....

اُدھر زریں کی والدہ اور بہنوں نے کھلوا بھیجا کہ دو مکانوں میں سے ایک زریں کے نام کیا جائے یا پھر حامد ایک نیامکان خرید کر زریں کے نام کرے اور اپنی فیملی سے الگ ہو کر اس گھر میں رہنے پر آمادہ ہو تو زریں واپس آئے گی.... ان کا خیال تھا کہ حامد ان کا مطالبہ آنکھ بند کر کے پورا کر دے گا، ہمیشہ کی طرح دوڑا دوڑا آئے گا اور زریں سے گھر چلنے کی منت سماجت کرے گا۔

لیکن ہوا بالکل برعکس.... جس کی حامد کے بھائی بہنوں کو بھی ذرا توقع نہ تھی....

حامد نے وکیل سے طلاق کے کاغذات تیار کروائے اور زریں کے نام مہر کی رقم کے چیک کے ہمراہ کوریئر سے

بھجوا دیا....

زریں اور اس کی بہنوں کے لہجوں کی وجہ سے اس کی چھوٹی بہن شمیمہ کا کہیں رشتہ نہ ہو سکا.... اس نے زریں کے برعکس گریجویشن کر لیا تھا، اس لیے ایک اچھے اسکول میں ٹیچنگ کر رہی تھی....

جبکہ زریں ہر کسی سے بے نیاز گھر میں دن رات پڑی ٹی وی دیکھا کرتی اور آپ ہی آپ تھمتھے لگایا کرتی.... یا شمیمہ گھر میں ہوتی تو اس سے لڑ لڑ کر اس کا جینا دو بھر کر دیتی.... اس کی ذہنی کیفیت وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ خراب ہوتی جا رہی تھی....



**آپ بھی
محفل
میں
منفرد
نظر
آسکتی
ہیں....**

آپ کی جلد، بالوں کا انداز اور لباس آپ کی شخصیت کو منفرد بنانے میں معاون ثابت ہوتے ہیں۔ میک اپ اور زیورات کا انتخاب سوچ سمجھ کر کیجیے۔ اپنے رنگ، عمر، موسم، جگہ اور تقریب کے مطابق میک اپ کیجیے اور زیورات پہنیے۔ بعض اوقات پھولوں کے زیور اور سوتی لباس وہ حسن پیدا کرتے ہیں جو قیمتی زیور اور لباس بھی نہیں کر سکتے ہیں۔ اس لیے خوب سوچ سمجھ کر ان کا چناؤ کیجیے۔ بالوں کی بناوٹ ہمیشہ چہرے کے مطابق کرنا ضروری ہے۔ بال ہی ہمارے چہرے کے گرد ہالے کا کام کرتے ہیں۔ جب چہرے پر چھائیاں اور داغ نمایاں ہوں تو

لبوں کا رس روٹی میں ڈبو کر چہرے پر لگائیں۔ دہی، چکنی جلد کے لیے کلیسزنگ کا کام کرتا ہے۔ پسے ہوئے آنو کی پولٹی آنکھوں کے نیچے کی سوجن کو کم کر دیتی ہے۔ دلیہ، شہد اور دودھ ملا کر چہرے کی بہت اچھی صفائی صاف کرنے کے بغیر کی جاسکتی ہے۔ سر کہ پانی

میں ملا کر داغ دھبے صاف کر لیجیے، یہ ٹونک کا کام بھی کرتا ہے۔ ظہیرین، زیتون کا تیل، عرق گلاب، لیوں کا عرق ملا کر فرنیج میں رکھ دیجیے، خشک اور کھردری جلد کے لیے مفید ہے، یہ ٹھنڈی جلد کو نرم اور صاف ستھرا کر دے گا۔

امام سلسلہ عظیمیہ

حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

”شریعت قانون ہے اس راستہ پر
چلنے کا، جو راستہ آدمی کو اللہ تعالیٰ کے
عرفان تک لے جاتا ہے۔“

عارف کریانہ مرچنٹ

رابطہ: محمد عارف ساگھڑ

فون نمبر: 0345-3731686

”ابا جان! پھر ہمیں اجازت دیں؟“ نعیم نے اجازت طلب نظروں سے باپ کی طرف دیکھا۔
”جب تم اپنے گھر کو چھوڑنے اور اپنے بچکے میں ٹنٹ ہونے کا فیصلہ کر رہی چکے ہو تو پھر اجازت کی کیا ضرورت ہے؟ ہمیں اس کو اور بڑی میں رہنے دو۔ ویسے بھی ہم بوڑھے لوگ تمہارے اس نئے بچکے میں چیخیں گے نہیں۔“ متین احمد نے بیٹے کو نہایت نرمی سے مدہم سی آواز میں جواب دیا۔

”ہم نہیں۔ صرف تم بوڑھے ہوئے ہو۔ متین احمد! صرف تم۔“ نعیم کی ماں شوہر کی لکھی ہوئی بات پر تنک کر بولی۔ ”چیخیں برس تک تم نے مجھے بھی بوڑھا بنانے رکھا اپنی طرح۔ میں تو اصل میں اب جوان ہوئی ہوں۔ ورنہ اپنی جوانی کا دور تو میں نے تمہارے ساتھ بوڑھوں کی طرح گزار دیا ہے۔ کتنی سونی اور بھینکی گزار دی ہے۔ یہ زندگی تمہارے ساتھ۔ غربت نے زندگی کا مزہ لوٹنے کی نہیں دیا۔ تم نے تو مجھے کچھ نہ دیا سوائے محرومیوں کے۔ اب بیٹے کی کامیابی نے مجھے پھر سے جوان کر دیا ہے۔ اب میں اپنی تمام محرومیوں کو تم کو لوٹاؤں گی۔ جنہیں چیخیں برس تمہارے ساتھ رہتے ہوئے میں ترستی رہی ہوں۔“

یہ کہتے ہوئے انہوں نے نفرت اور غصے سے شوہر کی

جنوری ۲۰۱۷ء

اکثر، دوسروں کی شادیوں کی تقریبات میں آصفہ ان کی رخصتی کے روایتی کلمات کو بڑے غور سے سنا کرتی تھی اور ان کا مفہوم اپنی روح میں اُتارتی تھی۔ مگر آج اپنی شادی کے موقع پر یہی دعائیہ کلمات اسے بے معنی لگ رہے تھے۔

رخصتی

طرف دیکھا۔

”آصفہ بیگم! ضرور جلاؤ اور خوش رہو۔ میں نے تمہیں پہلے کسی بات کے لیے نہیں روکا، تو اب کیوں روکوں گا؟“ متین احمد نے دھیمی آواز میں کہا۔ تاہم ان کے

لبے میں چمپا کرب محسوس کیا جاسکتا تھا۔

”تم مجھے روک بھی کیسے سکتے ہو؟ اب میرا بیٹا میرا سہارا ہے۔ میں نے اپنی عمر کا بہترین حصہ انتہائی غربت میں گزار دیا۔ اب، اپنے بیٹے کو اس مقام پر پہنچانے کے بعد لگتا ہے میں پھر سے زندہ ہوئی ہوں۔“ آصفہ بیگم نے شوہر کی آواز میں چھپے ہوئے درد کو محسوس ہی نہیں کیا اور اپنے بیٹے کو محبت بھری نظروں سے دیکھا۔

ملکہ نسرتین شیخ

”ہاں آصفہ بیگم تم ٹھیک کہتی ہو۔ لیکن میری ایک بات یاد رکھنا۔ اس گھر کے دروازے تمہارے لیے ہمیشہ کھلے رہیں گے۔“ متین احمد نے ٹوٹے ہوئے لہجے میں کہا۔ کیونکہ وہ شریک سفر کا مطلب بخوبی جانتے تھے۔

”گھر! ہند۔“ آصفہ بیگم نے متکبرانہ لہجے میں ان کا مذاق اڑاتے ہوئے کہا ”اسے گھر کہتے ہیں...؟؟“

”اباجان! اگر آپ بھی ساتھ چلتے تو کتنا اچھا ہوتا۔ آپ یہاں اکیلے کیا کریں گے؟“

ان کی بہو منیرہ نے بیٹی جیسی مرتبہ اپنے لب کھولے۔ جو اس تمام عرصے میں خاموش کھڑی ان کے درمیان ہونے والی گفتگو کو سن رہی تھی۔

”نہیں بیٹی! خدا تم لوگوں کو ہمیشہ خوش رکھے۔ اپنے گھر میں آباد رہو۔“ متین احمد نے بہو کے سر پر شفقت سے ہاتھ پھیرتے ہوئے دعا دی۔

”اچھا اباجان، پھر ہم اب چلیں۔ آپ اپنا بہت خیال رکھیے گا۔ میں اور منیرہ آپ کے پاس آتے رہیں گے۔“ منیرہ نے دروازے سے باہر نکلنے ہوئے کہا اور ایک لمحے کو ٹھہر گیا۔

”اباجان! آپ آیا تو کریں گے تاہم سے ملنے؟“

”نہیں بیٹا، واقعی میں اب بوڑھا ہو گیا ہوں۔ اپنے بڑھاپے کا احساس مجھے آج کچھ زیادہ ہی ہو رہا ہے۔“ متین احمد نے مسکراتے ہوئے ناگام کوشش کی۔

”اچھا اباجان! پھر خدا حافظ۔“ منیرہ نے گاڑی اسٹارٹ کی۔

”خدا حافظ، اباجان! منیرہ نے بھی ہاتھ ہلاتے ہوئے کہا۔ آصفہ بیگم البتہ گردن اٹھائے خاموش بیٹھی رہیں۔



آصفہ، نو بہن بھائیوں میں سب سے بڑی تھی۔ پہلوی کی اولاد ہونے کی وجہ سے باپ کی لاڈلی تھی۔ اگرچہ اس کی ماں بھی کم میار نہ کرتی تھیں۔ مگر بیٹی کو کھلی چھوٹ

بھی نہ دے سکتی تھیں۔ یہی وجہ تھی کہ وہ اکثر ڈانٹ ڈپٹ سے کام لیا کرتی تھیں۔ آصفہ نے میزک کر پختے کے بعد کالج میں داخلے کے لیے سر توڑ کوششیں کر ڈالیں مگر وہ اپنی ماں کو راضی نہ کر سکی۔ کیونکہ وہ نو بچوں کے اخراجات اور میاں کی قلیل آمدنی کے پیش نظر اسے کالج میں پڑھانے کا سوچ بھی نہیں سکتی تھیں۔

اور یوں بھی بقول ان کے آصفہ ویسے ہی کام چور تھی۔ اگر کالج جانے لگی تو بالکل ہی ہاتھوں سے نکل جائے گی اور کئی بات تو یہ کہ اتنے ڈھیر سارے بچوں کے کام اکیلے ان کے ناتواں کاندھوں پر پڑانے کا اندیشہ منہ کھولے کھڑا تھا۔ اس لیے انہوں نے سختی سے مخالفت کی تھی۔

”امی کو تو بس میں ہی ہر وقت کھلتی رہتی ہوں۔ مری جاؤں تو اچھا ہے۔“ وہ نہ ہی منہ میں بڑبڑاتے ہوئے جلدی جلدی کام نمٹانے جاتی۔ اگرچہ اتنے ڈھیر سارے کاموں کی انجام دہی کے بعد اسے فارغ وقت کم ہی ملتا تھا

پھر بھی وہ مختلف رسالوں اور فلمی میگزین کا مطالعہ ضرور کرتی جو اپنی سہیلیوں کے یہاں سے لے آتی اور ان میں کھوجاتی۔ کبھی اپنے آپ کو کسی افسانے کی ہیروئن سمجھتی اور کسی خوبصورت نوجوان کے اظہار میں رہتی جو اپنی شاندار گاڑی کا دروازہ کھولے اس کا منتظر ہوتا

پھر.... اس کے بچے عمر کے سہنوں میں کوئی شہزادہ ہوتا جو اسے بیاہ کر اپنے حسین محل میں لے جاتا۔ صورت اس شکل بھی کچھ ایسا کرتی رہتی تھی۔ وہ تو حالات برے تھے

ورنہ وہ کسی شہزادی سے کم نہ تھی۔

کسٹن آصفہ کا دامخرا ب کرنے میں ان کہانیوں اور فلمی رسالوں اور ان کی غربت کا بہت بڑا ہاتھ تھا۔

”اے.... میں کہتی ہوں اس رشتے میں آخر برائی کا ہے؟ آخر پتہ تو پلے کہ انکار کی وجہ کیا ہے؟“ آصفہ کی ماں نے رشتہ کی بات پوچھنے پر اسے برا سامنہ بناتے ہوئے

دیکھ کر زور سے کہا۔

”میں مجھے نہیں کرنی شادی وادی۔“ نو عمر آصفہ نے تڑخ کر ماں کو جواب دیا۔

”اے لو.... اور سنو....“ آصفہ کی ماں دانتوں میں انگلی داب کر اور اپنے موٹے شیشوں والی عینک کی اوٹ سے گھورتے ہوئے بیٹی کو دیکھا۔

”اس میں گھورنے والی کون سی بات ہے۔ بس نہیں کرنی تو نہیں کرنی۔ کوئی زبردستی ہے کیا؟“

آصفہ کو اس وقت سے ہی بہت غصہ چڑھا ہوا تھا جب خالد سکینہ اس کے لیے یہ رشتہ لے کر آئیں تھیں۔ اس کا بس نہیں چل رہا تھا کہ وہ اس وقت خالد سکینہ کو گھر سے نکال دے مگر ماں اس کی ایسی آؤ بھگت کر رہی تھیں جیسے رشتہ نہ ہو مانو کوئی خزانہ ہاتھ لگ گیا ان کی بیٹی کے لیے۔

پچھلے چاروں دنوں سے جب اس کی ماں اس رشتے کے بارے میں پوچھتی۔ تب تب وہ اس کیفیت سے دوچار ہوتی اور چڑھ جاتی۔ آج بھی اس کی ماں نے جب اس آئے ہوئے رشتے کے متعلق پوچھا تو وہ غصے سے تپ گئی۔

”لو بھئی، کر لو بات؟ اری.... کیا ساری زندگی ماں باوا کے گھٹنوں سے لگی رہنا ہے کیا؟“ اس کی ماں کو اب سچ سچ اس پر غصہ آ گیا۔

مگر جوان بیٹی پر زیادہ زور زبردستی مناسب نہیں تھی۔ یہی سوچ کر وہ آئے ہوئے غصے کو پی گئیں۔

”آئے ایلا ہے۔ گھر بھی اپنا ہے۔ راج کرے گی میری بیٹی۔“ گویا ماں نے اسے لچھایا۔ ان بیچاری کو کیا معلوم کہ ان کی بیٹی کے نزدیک ”راج“ کا معیار کیا ہے؟

”ایلا لڑکا ہے۔ لڑکیاں تو آج کل ایسے رشتے کے لیے مرقی ہیں۔“ ماں نے اسے خاموش دیکھ کر اس کی معلومات میں مزید اضافہ کیا۔

”لڑکا؟ دیکھا بھی ہے آپ نے؟؟؟ اسے لڑکا کہتے

ہیں؟“ اس نے ہاتھ میں بکڑی ہوئی تصویر کو اماں کی آنکھوں کے سامنے چھاپا۔

”ارے.... ذرا عمر ہی تو زیادہ ہے نا۔ تو کیا ہوا؟“ زیادہ عمر کے مرد اپنی کم عمر اور خوبصورت بیویوں سے دب کر رہتے ہیں اور بچوں کا زیادہ خیال رکھتے ہیں۔“ انہوں نے بیٹی کو قائل کرنے کی کوشش کی۔

وہ یے یہ ان کا ذاتی تجربہ بھی تھا۔ وہ خود بھی تو الہز دو شیزہ تھیں۔ جب ان کی اماں نے ان کا بیاہ آصفہ کے ابا سے کیا تھا۔ یہ اور بات کہ ساس مندوں کی خدمت گزار یوں اور اوپر تلے، پورے نو بچوں کی پیدا کنش نے ان کا سارا حسن غارت کر دیا تھا۔

جبھی انہیں یہ رشتہ اپنی بیٹی کے لیے موزوں لگ رہا تھا، کیونکہ ساس مندوں کا یہاں بکھیرا نہ تھا۔ جو ان کی بیٹی کے راج پات کے لیے خطرہ بنا۔ اسی لیے وہ اس رشتے پر اتنا اصرار کر رہی تھیں۔ کچھ راستہ نہ پا کر آصفہ کو بالآخر مجبور ہو کر اس رشتے پر سر جھکا نا پڑا۔

نکلنا نامے پر دستخط کرتے ہوئے وہ اپنی بے بسی پر سسک اٹھی اور دھاڑیں مار مار کر رونے لگی۔

رخصتی کے وقت باپ نے سر پر ہاتھ پھیرتے ہوئے اپنی منناک آنکھوں کو ہتھیلیوں سے خشک کیا اور بولے، ”بیٹی، آج سے تم ہمارے لیے پرانی ہو گئیں۔ شوہر کا گھر ہی تمہارا اپنا گھر ہے، تمہارا اصل گھر وہی ہے۔ اب اس گھر سے مرنے کوئی نکلنا۔ خدا تمہیں ہمیشہ شاد آباد رکھے۔“ یہ کہتے ہوئے آصفہ کے ابا کی آنکھیں دوبارہ جھپک گئیں۔

اکثر، دوسروں کی شادیوں کی تقریبات میں آصفہ ان کی رخصتی کے رواجی کلمات کو بڑے فور سے سنا کرتی تھی اور ان کا مفہوم اپنی روح میں اتارتی تھی۔ مگر آج اپنی شادی کے موقع پر یہی دعائیہ کلمات اسے بے معنی لگ رہے تھے۔ یوں، وہ رخصت ہو کر متین احمد کی سنگت میں

ان کے دو کمروں کے اس چھوٹے سے کوارٹرز میں آگئی جو بعد میں اس کے سپنوں کے محل سے ہمیشہ متصادم رہا۔



متین احمد اپنے نام کی طرح بے حد سنجیدہ، باوقار، خوش اخلاق اور خوددار آدمی تھے۔ انہوں نے اپنی بیوی آصفہ کا ہر طرح سے خیال رکھا۔ مگر وہ، انہیں خاطر میں نہ لاتی تھی۔ وہ اکثر اپنے شوہر سے طنزیہ گفتگو کرتی اور اپنے دل کے پھپھوے پھوڑتی۔ آصفہ نے اپنے روئے سے متین احمد کی بہت ہی سادہ سی زندگی کو بہت ہی مشکل اور پیچیدہ بنا رکھا تھا۔ وہ صبر و ایثار کا بیکر اسے قدرت کی آزمائش سمجھ کر بڑے محل سے اسے برداشت کرنے لگے۔

اسی طرح ایک برس بیت گیا اور وہ ایک بیٹے کی ماں بن گئی۔ متین احمد، بیٹے کی نوید سن کر بہت مسرور ہوئے۔ انہوں نے سوچا، اب آصفہ یقیناً اپنے آپ کو بدل ڈالے گی مگر یہ ان کی خام خیالی ہی تھی۔ وہ تو بیٹے کی پیدائش سے کچھ اور بھی مغرور ہو گئی تھی۔

اب آصفہ کی توجہ کا محور و مرکز اس کا بیٹا تھا۔ جس کا نام اس نے ”فہیم“ رکھا تھا۔ اب وہ اپنے بیٹے فہیم کو اپنی نقشہ آرزوؤں کا مرکز بنائے اس کی پرورش میں مصروف ہو گئی اور بالآخر اسے اس مقام تک پہنچا دیا جہاں مادی آسائشیں اب ان کی دسترس سے دور نہ تھیں۔

کالج کے زمانے میں ہی فہیم کی دوستی اپنی کلاس فیلو منیرہ سے ہو گئی۔ جس نے رفتہ رفتہ پیار کی شکل اختیار کر لی۔ منیرہ دولت مند باپ کی اکلوتی بیٹی تھی۔ وہ لاڈلی ہونے کے سبب یہ بات اچھی طرح جانتی تھی کہ اس کے والدین فہیم سے شادی میں ہرگز رکاوٹ نہیں بنیں گے۔ کیونکہ اس کے والدین نے از خود منیرہ کو اس کی زندگی کے تمام اہم فیصلوں کا اختیار دے رکھا تھا اور ویسے بھی فہیم جیسے خوب رو اور لائق فائق لڑکے کے لیے انہیں بھلا کیا

اعتراض ہو سکتا تھا؟

”فہیم، نجانے تمہارے والدین مجھے اپنانے پر رضامند ہوں گے بھی یا نہیں؟“ ایک دن منیرہ نے فہیم سے اپنے اس خدشے کا اظہار کر دیا۔

”والد کا تو نہیں کہہ سکتا، مگر میری والدہ کو تم سے مل کر یقیناً بہت خوشی ہوگی۔ کیوں نہ میں تمہیں آج اپنی ہی سے ملو ایسی دوں؟“ اس نے منیرہ کی بات سن کر اسے فوراً ہی اپنے ساتھ گھر چلنے کی دعوت دے ڈالی۔

”جیسے... تمہاری... مرضی۔“ تھوڑے سے تردد کے بعد منیرہ گھر چلنے پر آمادہ ہو گئی۔ فہیم نے بہت پہلے صرف ایک مرتبہ منیرہ کا ذکر اپنی ماں سے کیا تھا۔ اور وہ تب ہی سے اس سے ملنے کے لیے بے تاب دے قرار تھیں۔

منیرہ اگرچہ آج پہلی مرتبہ فہیم کے گھر گئی تھی مگر اس چھوٹے سے گھر کے ایک ایک گوشے سے بخوبی واقف تھی۔ کیونکہ فہیم اکثر اپنے گھر کے بارے میں اپنے والدین کے بارے میں اس سے ڈھیروں باتیں کیا کرتا تھا۔



”میں اس شادی کا مخالف ہر گز نہیں ہوں۔“ متین احمد نے کہنا شروع کیا۔ ”اگر تم ماں اور بیٹے چاہتے ہو کہ میں بھی شادی میں شریک ہوں تو منیرہ اسی کوارٹرز میں ہی رہیں کر آئے گی۔ ورنہ میں نے تم لوگوں کے معمولات میں کب مداخلت کی ہے۔ تم جو چاہو کرو، آزاد ہو تم لوگ۔“

زندگی میں شاید پہلی مرتبہ آصفہ نے شوہر کی بات مان لی اور طے یہ پایا کہ رخصت ہو کر منیرہ اس گھر میں آئے۔ پھر جب چاہیں وہ اس گھر میں منتقل ہو جائے جو منیرہ کے باپ نے اپنی بیٹی کو بھینر میں دیا تھا۔ اسی بنگلے میں ہی شادی کے سلسلے میں ایک بڑی دعوت کا اہتمام کرنا تھا۔ آج فہیم، منیرہ اور آصفہ اسی بنگلے میں جا رہے تھے۔

گاڑی ایک جگہ سے بنگلے کے صدر دروازے پر رکھی

تو ملازم نے آگے بڑھ کر گیٹ کھولا۔ برآمدے میں قدم رکھتے ہوئے آصفہ بیگم کا دل بہت تیزی سے دھڑکنے لگا۔ آج وہ گھر اس کی نگاہوں کے سامنے تھا جس کی ترناوہ ایک مدت سے کر رہی تھی۔

اب آئے دن آصفہ بیگم کی مصروفیات میں پارٹیاں اینڈ کرنا، بڑی بڑی عیادت کے ساتھ گھومنا پھرنا، شاپنگ کرنا، نئے نئے فیشن کرنا اور باقاعدگی سے بوٹی پارلر جانا ان کا روز کا معمول بن گیا۔ وہ ان چکروں میں یہ بھی بھول گئیں کہ اب وہ سترہ اٹھارہ برس کی کم سن دو شیرہ نہیں رہیں بلکہ عمر رسیدہ بیچور خاتون ہیں۔ جو عنقریب داوی بننے والی ہیں۔ منیرہ کو ان کی اس قسم کی مصروفیات سے اب چڑسی ہونے لگی تھی۔ کئی مرتبہ وہ فہیم سے ان کی دے بے لفظوں میں شکایت بھی کر چکی تھی۔ مگر اب ان دنوں میاں بیوی کے درمیان آصفہ بیگم اور ان کی یہ مصروفیات جھگڑے کا سبب بننے لگے۔ منیرہ اب کھل کر فہیم کے سامنے اپنی برہی کا اظہار کرنے لگی تھی۔ وہ چاہتی تھی کہ آصفہ بیگم اپنے شوہر کے گھر واپس اس کوارٹر میں چلی جائے کیونکہ یہ گھر اس کے باپ کی ملکیت تھا اور اس میں رہنے کا حق صرف اسے اور اس کے شوہر فہیم کو ہے۔ ابھی تک وہ یہ بات آصفہ بیگم سے نہ کہہ سکی تھی۔ بس فہیم ہی کو بتایا کرتی تھی کہ یہ گھر اس کے باپ کا ہے۔

اگرچہ منیرہ اور فہیم میں کافی اچھی انڈر اسٹینڈنگ تھی۔ بس آصفہ بیگم ہی اس میں ایڈجسٹ نہیں ہو پا رہی تھیں۔ ”فہیم میں تو جھگڑائی ہوئی ہوں ماں جان کی ان حرکتوں سے۔“ منیرہ نے قدرے ناگواری سے کہا ”کیوں کیا ہوا...؟؟“ فہیم بولا۔

”تم تو یوں پوچھ رہے ہو۔ جیسے کچھ جلتے ہی نہیں... منیرہ اس کے اس طرح کہنے پر کچھ اور برہم ہو گئی۔ ”کہتی تو تم ٹھیک ہی ہو۔ مجھے بھی یہ سب کچھ بہت برا

لگتا ہے۔ ماں کا یہ ضرورت سے زیادہ بناؤ سنگھار۔ انہیں اب گرہیں فل لگنا چاہیے۔ لڑکیوں والا فیشن ان کی شخصیت کو عجیب مٹھکے خیز بنا چکا ہے۔ لوگ جب چپکے چپکے ان کا مذاق بناتے ہیں تو مجھے بہت شرمندگی ہوتی ہے۔ اندر ہی اندر کڑتا رہتا ہوں میں۔ تم بتاؤ میں کیا کروں...؟؟“

آج فہیم بھی لڑکیاں کے غیر ضروری شوق اور مصروفیات سے خالصتاً ہم دکھائی دے رہا تھا۔ اصل میں وہ اپنی ازدواجی زندگی کے سکون میں لڑکیاں کو خطرہ سمجھ رہا تھا۔

”انہیں سمجھاؤ، آخر وہ تمہاری ماں ہیں۔“ منیرہ کا غصہ اب کچھ کم لگ رہا تھا۔ آج فہیم اس کے فیور میں بول رہا تھا۔

برآمدے سے گزرتے ہوئے اپنے کمرے کی طرف جاتے ہوئے آصفہ بیگم اپنا ذکر سن کر ذرا ڈک گئیں۔

”اس وقت کہاں ہیں ماں جان...؟؟“ فہیم نے انہیں گھر میں موجود نہ پا کر پوچھا۔

”ہونا کہاں ہے، بوٹی پارلر گئی ہیں۔ بال سیٹ کروانے، پتہ ہے فہیم جب میری سہیلیاں انہیں اس طرح کا اوجھا فیشن کرتے ہوئے دیکھتی ہیں تو کیا کہتی ہیں...؟؟“

”کیا کہتی ہیں...؟؟“ فہیم نے سوالیہ نظروں سے بیوی کی طرف دیکھا۔

”بڑھی گھوڑی لال لگام۔“ اس کے ساتھ ہی ان دونوں کا ایک مشترکہ قبضہ دروازے پر کھڑی آصفہ بیگم کی ساعتوں پر تھوڑے برسا گیا۔

ٹیکسی میں بیٹھی ہوئی آصفہ بیگم کے ذہن میں اپنے والد کے الفاظ گونجنے لگے ”عورت کا اصل گھر اس کے شوہر کا گھر ہوتا ہے۔“

اور انہیں، یوں محسوس ہوا جیسے ان کی رخصتی آج ہی ہو رہی ہو۔



”تم کیوں گھبرا رہے ہوں.... ابھی فون مٹ کر وہ ذرا اپنے مرنے کا تماشہ دیکھو“....

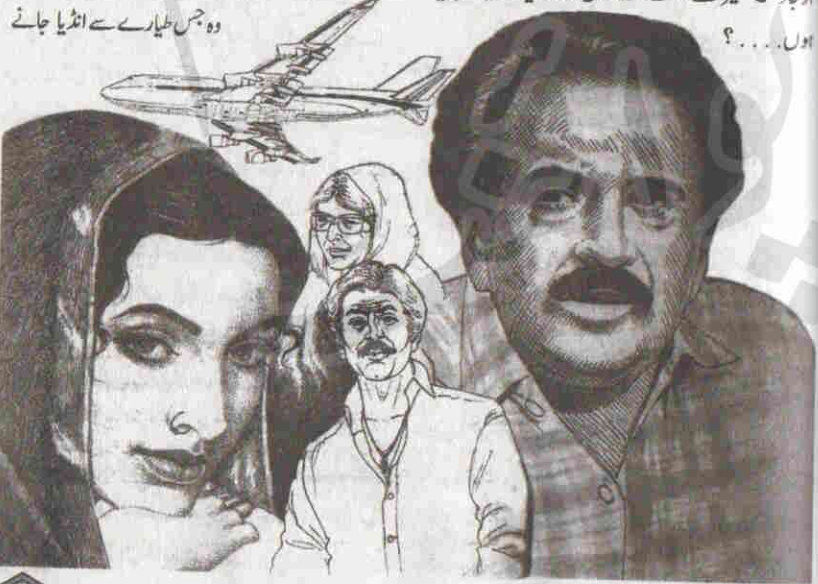
اپنی موت کا نام سنتے ہی وہ خوف کے مارنے لڑنے لگا۔ اس نے فون ہاتھ سے پوں رکھا جیسے درخت سے شاخ ٹٹ کر گرتی ہے۔ میں مر چکا ہوں.... امی،

اپنے مرنے کا دکھ

جیلانی بانو۔ انڈیا

ابو، شریا سب مجھے روچکے ہیں....؟ وہ منہ کھولے آنکھیں پھاڑے چاروں طرف دیکھنے لگا۔ میرا امرنا اتنی معمولی بات ہے کیا....؟ اس نے جب بھی اپنی موت کا تصور کیا تو زمین و آسمان اپنی جگہ ہل گئے تھے۔ پوری کائنات تہہ و بالا ہو گئی تھی.... ابھی تک وہ کتنا خوش تھا۔

”یار صادق! بڑے افسوس کے ساتھ تمہیں اطلاع دی جاتی ہے کہ ہمارا انتقال پر طالع اوچکا ہے۔“ فون پر صادق کا دوست منیر تھا۔ ”کیا....؟ تم کیا کہہ رہے ہو منیر....“ صادق بھنجھٹلا گیا۔ یہ شخص ہمیشہ فون پر ایسا ہی مذاق کرتا ہے۔ ”یہ کہہ رہا ہوں کہ تمہارے گھر سے نیلی گرام آیا ہے، وہاں تمہارے مرنے کی اطلاع پہنچ چکی ہے۔ وہ جو کل طیارہ گرا ہے نا اس میں تم مر چکے ہو۔ اب نی وی پر فلمیں دیکھنا چھوڑو اور منی میں ملنے کو تیار ہو جاؤ۔“ منیر نے کھٹ سے فون رکھ دیا۔ میں مر گیا ہوں....؟



قلندر بابا اولیاء نے فرمایا:

”قرآن ٹھہر ٹھہر کر اور سمجھ سمجھ کر پڑھیے۔ اس عمل سے خدا کے ساتھ بندے کا تعلق مضبوط ہوتا ہے۔“



مراقبہ ہال پلندری

نگراں: خواجہ تنویر اقبال
معرفت مارگلہ گلاس، جامع مسجد روڈ، پلندری،
ضلع سدھنوتی، آزاد کشمیر

فون: 0346-5153158



بھارت میں اردو ادب کی پہچان جیلائی بانو کسی تعارف کی محتاج نہیں ہیں۔ جیلائی بانو 14 جولائی 1936ء کو بدایوں (آتر پردیش) میں پیدا ہوئیں۔ ان کے والد حیرت بدایونی کا شمار اپنے وقت کے معروف اردو شعرا میں ہوتا ہے۔ یہی وجہ تھی کہ بچپن سے ان کا لگاؤ اردو ادب کی جانب ہو گیا۔ ابتدائی عمر سے ہی جیلائی بانو نے سعادت حسن منٹو، عصمت چغتائی، میر غالب، اقبال، میکسم گورکی، جیگوف، موپساں، بیدی، فیض احمد فیض، مجاز، قرۃ العین حیدر، احمد ندیم قاسمی سمیت تمام معروف ادیبوں کا مطالعہ کیا۔ ان مصنفین کی تخلیقات کے مطالعے نے ان کی ادبی صلاحیتوں کو خوب پروان چڑھایا، مگر انہوں نے کسی کو نقل کرنے کے بجائے اپنا الگ مقام بنایا۔ جیلائی بانو نے اپنی پہلی کہانی ”ایک نظر ادھر بھی“ 1952ء میں تحریر کی، جسے خوب پذیرائی ملی۔ ان کی شہرہ آفاق تحریر ”نوم کی مریم“ نے انہیں شہرت کی بلندیوں پر پہنچادیا۔ جیلائی بانو نے اپنی کہانیوں میں معاشرے کے غریب اور پے ہوئے طبقے کو موضوع بنایا ہے۔ ان کی ادبی کاوشوں پر انہیں سخی اعزازات سے نوازا گیا۔ ان کی معروف تحریریں یہ ہیں: روشنی کے مینار، نروان، جگنو اور ستارے، گئے کا سفر، ایوان غزل، بارش، تنگ، وغیرہ وغیرہ.....

ہیں۔ صادق نے بھی چھ برس تک دھکے کھائے تھے یہاں پہنچنے کے لیے۔ نوکری دلانے کے لیے ایجنٹوں نے چمکے دیے۔ عزیز رشتے داروں نے برسوں نوکری دلانے کے بہانے اپنے آگے جھکائے رکھا۔ ٹریانے دن رات غریبی کے طعنوں سے کلیجہ چھلنی کیا۔ اماں ابا کو اس سے بڑھ کر کوئی ناخلف نظر نہیں آتا تھا۔

اس کے بڑوسی اکرم صاحب دینی گئے تو اچانک ان کے منارے گھر کا رنگ نکھر گیا، گونا گونا کچیریل کا کمر جھکا، گھر سرسوں کے پودے کی طرح راتوں رات اوپر اٹھتا چلا گیا۔ لائٹ چلی جاتی اور اکرم کے یہاں سے جب جیٹری کی گھون گھوں کی آواز گونجتی تو صادق کو جانے کیوں غصہ آنے لگتا۔ ان کے یہاں گرینڈر پر بادا مہیے جاتے تو لمان کی کڑوری بڑھ جاتی۔ ٹریانے اکرم کی بیوی سے دوستی ختم کر دی۔ جاپان کی سڑھیاں، چمکتی ہوئی میکسیاں پہن کر کئی کیوں جلاتی ہے وہ.....

گمراہ کیا ہو گا.....؟
کہیں اباصد سے مر نہ جائیں.....!
وہ بھاتا ہوا باس کے کمرے میں پہنچا۔ ”ہزارا مجھے ایک ارجنٹ کال انڈیا کے لیے بک کرنا ہے۔“
”کیوں خیر تو ہے نا.....؟“
صادق کے آنسوؤں سے بھگا ہوا چہرہ دیکھ کر اس کا امریکن باس گھبرا گیا۔ کہیں ماں کے مرنے کی جھوٹی خبر سنا کر ایک مہینے کی جھٹی شہانگ بیٹھے۔ وہ ان ہندوستانی

گھر میں کیسا کھرام مچا ہو گا۔ اس نے لرز کر سوچا۔ دل کے مریض ہیں، امی کو بائی بلڈ پر بیٹھ ہے اور ٹریا..... آج ٹریا تو غم کے مارے پاگل ہو گئی ہوگی۔ ٹریا کو حاصل کرنے کے لیے اس نے پانچ برس تک اس کے باپ کی خوشامد کی تھی، اور پھر اپنے نام کے ساتھ ٹھکر کی کا داغ مٹانے کے لیے وہ گھر سے اتنی دور آ گیا تھا۔ ماں باپ، بیوی بچوں کو چھوڑ کر صحرا میں اکیلا، ریت کے ڈرے کی طرح تپ رہا تھا۔ دوزخ کی طرح بھڑکتی ہوئی لوہے کی بھیٹی میں وہ دن بھر کام کر کے لگتا کچرہ سرخ ہو جاتا تھا۔ ہاتھ پاؤں کانپتے تھے۔ رات دوسری دوزخ میں گزارنا پڑتی۔ عرب کی جان لیوا گرمی میں وہ ریت کے اوپر ٹینٹ کے نیچے ساری رات گزار دیتا تھا۔ اپنے خاندان کو سکھ کی چھاؤں میں بھٹانے کے لیے وہ سوتے جاگتے ان دنوں کے خواب دیکھا کرتا، جب ٹریا اس کے ساتھ ہوگی اور دونوں نیچے اس کی گود میں بیٹھے ہوں گے، وہ اپنے گھر میں نوم کے گدے پر لٹکے کے نیچے لیٹا ہو گا۔
اس کا گھر، اس کی جنت تھا۔ چھٹیوں میں گھر جاتا تھا تو جی چاہتا کہ سارا دن بسز پر لیٹا رہے۔ چھٹیوں ختم ہونے کے خیال سے جی گھبراتا تھا۔

”ایک ہفتے کی چھٹی اور بڑھالوں گا۔“ وہ خوش ہو کر ٹریا سے کہتا۔
”کتنی تنخواہ کٹ جائے گی.....“ ٹریا گھبرا کر پوچھتی۔
”کتنے دو..... تمہیں اور بچوں کو چھوڑ کر جانے کو بی نہیں چاہتا۔“ وہ سنے کو انہوں میں بھیج کر کہتا۔
اب ٹریا بڑھ ہو گئی ہے..... میں اس کے لیے مر گیا ہوں۔ گھبرا کر اس نے ٹریا کے تصور کو دور دھکیلا۔
سامنے سعودی ایئر لائن کا کیلنڈر لگا تھا۔ جدہ ایئر پورٹ کی شاندار عمارت اندھیرے میں جگمگاتی تھی۔ یہ روشنیاں آج ہر نوجوان کے خوابوں میں جھلملاتی

والا تھا، دوڑ گیا، اور خوش قسمتی سے صادق اس میں سوار نہیں ہوا تھا۔ صوت اس کے سر پر سے گزر چکی تھی۔ صادق ساری رات اس واقعے کی تفصیل ٹریا کو لکھتا رہا کہ کیسے عین رات پر اس کی سیٹ کنفرم نہ ہو سکی اور وہ بال بال بچ گیا۔
”لیکن اب تم مزیکے ہو۔ بڑے افسوس کے ساتھ تمہیں اطلاع دی جاتی ہے کہ تمہارا انتقال پر ملال ہو چکا ہے.....“
اس کے دوست میز کی آواز چاروں طرف گونج رہی تھی۔

اس نے اپنے زندہ ہونے کا یقین کرنا چاہا۔ سامنے بڑا ہوا ٹریا کا لٹھانا چاہا لیکن مرے ہوئے انسان کا ہاتھ کہیں اٹھ سکتا ہے۔
تم مرنے ہو.....
چاروں طرف سے میز کی آواز گونج رہی تھی، کیونکہ اسی طیارے میں اس کا ہم نام ایک اور صادق سوار ہو چکا تھا۔ ہم نے صادق کی زندگی بھی جلتے ہوئے طیارے میں بھونک دی تھی۔ اب وہ اپنے پیاروں کے لیے مر چکا ہے۔

اس بات کا یقین نہ کرنے کے لیے کیا رہ گیا۔ یہ امریکن سینٹ کی خوشبو میں مہکتا ہوا سوت، سات ہزار ریال کمانے والا جفاکش بدن، ٹریا کی محبت میں سرشار دل..... ان سب کو لوگ مٹی میں ملا چکے ہیں۔
صادق گھبراہٹ کے مارے کانپنے لگا..... غلطی میری ہے..... میں نے ٹریا کو لکھا تھا کہ میں بیچیس 25 کو آ رہا ہوں، مگر سٹ کنفرم نہیں ہوئی ہے۔ مجھے فوراً دوسرا خطا بھیجنا چاہیے تھا۔ ذرا سی غلطی کیا ہوئی کہ لوگوں نے مجھے مار ڈالا۔ پہلے میری موت کی تصدیق تو کر لیتے..... اور اس میز کو دیکھو، میرا مذاق اڑا رہا ہے.....

اس کے پاس نے فون اٹھا کر اپنے پاس رکھا اور جبکہ کرفائلٹن الٹ پلٹ کرنے لگا۔

اپنے مرنے کا تماشہ دیکھو، ہونہہ! یہ بے مروت سفید چڑی والا امریکن.... یہ کیا جانے کہ اس وقت میرے گھر میں کسی قیامت مچی ہوگی۔ یہ کم بخت تو اپنے بوڑھے ماں باپ کو کسی ”آرام گھر“ پہنچا دیتے ہیں۔ اب تک نہ جانے کتنی بیویوں کو طلاق دے چکا ہوگا۔ جانے اس کے کتنے بیچہ یتیم خانوں میں پل رہے ہوں گے۔

”سر مجھے ڈر لگ رہا ہے۔“ وہ بے بسی سے ہاتھ ملتے ہوئے آہستہ سے بولا۔ ”میری بیوی کہیں صدے سے جان نہ دے دے....“

”اوہ آئی سی!....“ بوڑھے امریکن نے ٹینک ماتھے پر سر کا کر اسے یہ غور دیکھا۔ ”تو کیا انڈیا میں مسلم عورت کو بھی سزا دیا جاتا ہے۔“ اس نے آنکھیں پھاڑ کر پوچھا۔ ”اے چپ!“ صادق نے دل ہی دل میں اسے گالی دی۔

میرے بغیر بھلا ثریا کے لیے بھی اب دنیا میں کیا رہ جائے گا....؟ وہ کتنے محبت بھرے خط لکھتی ہے.... صادق کے سامنے بال کھراے سفید کپڑے پہنے، سونی کا بنیالے لیے ثریا آگئی، جو رو رو کر دیواروں پر اپنا سر پٹک رہی تھی اور سارے رشتے دار اسے تھامے بیٹھے تھے.... اسے تھامے رہو، میرے آنے تک کہیں وہ اپنے کپڑوں کو آگ لگا کر نہ مر جائے....!

اپنی موت کے صدے سے خود ہی اس کا کلیجہ دہل رہا تھا۔ اب تک ثریا اپنی ہری، چیلی، نیلی ساڑھیاں، زیور، ایک اپ کا سامان جلا بھی ہوگی۔ ابا کو کسی طرح ہوش نہ آ رہا ہوگا۔

صادق گھبرا کر پھر ٹیلی فون بوتھ کی طرف بھاگا۔ مگر ٹڈیا کی لائن نہیں ملی۔

”اپنے مرنے کا تماشہ دیکھو....“ بار بار امریکن پاس کی بات اسے یاد آ رہی تھی۔

فون کون اٹھائے گا....؟

ثریا....؟

مگر وہ تو غم کی شدت سے بے ہوش ہوگی....؟

ای....؟ انہیں تو اب تک کسی کلینک میں داخل کر دیا گیا ہوگا....

ابا....؟

بھلا اپنے اکلوتے بیٹے کے مرنے کی خبر سننے کے بعد کیا ابا اب تک زندہ ہوں گے....؟!

چھ سال پہلے جب وہ گھر سے پہلی بار چلا تھا تو اس کے گھر کی چھتیں اہی کی آنکھوں کی طرح پک رہی تھیں۔ دیواریں ثریا کے پھنے کپڑوں کی طرح مٹلی اور بد صورت تھیں۔ جہاز سرور ہونے سے پہلے وہ بار بار اپنے دوست عمران کا ہاتھ پکڑ کر کہہ رہا تھا....

”گھر کا خیال رکھنا۔ ابا کے پاس آتے جاتے رہنا....“

سچ سچ عمران نے اس گھر کو سنبھال لیا۔ ابا ہر خط میں لکھتے.... ”عمران بالکل تمہاری طرح ہم سب کا خیال رکھتا ہے، بجلی کا بل، گھر کا ٹیکس، بچوں کی فیس، اور ان کی ناز برداری، ہر ذرے داری اس نے اپنے سر لے لی تھی....

یہاں تک کہ اماں اور ثریا کے درمیان پیسہ خرچ کرنے پر جو آئے دن کھٹ پٹ ہوتی تھی، وہ جھگڑے بھی عمران کو طے کرنا پڑتے ہیں....“

دو برس بعد امیز پورٹ کے لاؤنج میں سب سے پہلے اسے عمران نظر آیا تھا، جو اس کے بیچے کو گود میں سنبھالے ہوئے تھا۔

دو برس تک صحرا کی خاک چھاننے کے بعد گھر کے نرم گدے پر لیٹنے کے بعد یوں لگا جیسے کسی اور کے گھر میں

آ گیا ہو۔ یہی گھر تو اس کے خوابوں میں بسا ہوا تھا۔ یہی تو اس کی زندگی کا آورش تھا۔ جی چاہتا صبح بستر سے نہ اٹھے.... کوئی اس کے سامنے واپس جانے کا نام نہ لے۔

”بس اب کی بار اور ٹائم کر کے خوب پیسے کما کر لوٹوں گا تو پھر کہیں نہیں جاؤں گا گھر چھوڑ کر....“

مگر اور اور ٹائم کے نام پر اسے پسینہ آ جاتا تھا۔ دن بھر ماتھے سے پسینہ پونچھے بغیر کام کرنے کے بعد، تھوڑی دیر آرام کے بغیر پھر کام میں جت جاؤ.... اور جب رات کے بارہ بجے لیڈو تو کمر بیڑھی ہو جاتی۔ ہاتھ پیر کاٹنے لگتے، مگر صبح پانچ بجے اٹھنے کا خوف سونے بھی نہیں دیتا تھا۔

”لو.... آخر جانے کا محسوس دن آ گیا۔“

اماں اس کے سر پر ہاتھ پھیر کر کہتیں ”خیریت سے پہنچو۔“

”اب کی بار میرے لیے سونے کی چوڑیا لانا....“ ثریا اٹھلاتے ہوئے کہتی۔

میرے لیے بادام.... میرے لیے کپڑے....

گڑیا....

بہت دنوں تک اس کا کام میں جی نہیں لگتا تھا۔ ثریا کتنی صحت مند ہو گئی ہے۔ بچے بڑے ہو رہے ہیں۔ ابا کی طبیعت ٹھیک نہیں رہتی۔ یہ بھی کوئی زندگی ہے کہ ثریا اسے خوابوں میں ملے.... بچوں کے فونو کو پیار کر کے جی بھلانے۔

اس نے پھر گھر فون کرنے کی کوشش کی۔ وہ جب بھی گھر جاتا تھا۔ اسے دنوں کی جدائی پر ثریا اسے خوب جلاتی، ترساتی تھی۔ وہ جھوٹ موٹ اس سے ناراض ہو جاتی۔

”اری دیکھو تو! میری جانو، تیرے لیے کیا لایا ہوں؟“ وہ جیب میں سے سرخ کاغذ میں لپیٹی ہوئی ستمبری چوڑیاں نکالتا۔

”اللہ.... یہ تو سونے کی ہیں!“ وہ خوشی کے مارے اچھل پڑتی اور چوڑیاں اس کے ہاتھ سے چھین کر باہر کی طرف بھاگتی۔

”عمران.... عمران! ذرا دیکھو تو صادق میرے لیے کیا لائے ہیں۔“ وہ چوڑیاں پہن کر اپنے گورے ہاتھ عمران کی طرف بڑھا دیتی تھی۔

صادق نہال ہو جاتا تھا۔ اسی خوشی کی خاطر اور ٹائم کی تھکن اتر جاتی تھی۔

ادھر اماں ابا اپنی صحت بنانے کی فکر میں گٹے جاتے تھے۔ ہر خط میں زیادہ پیسے بھیجنے کی فرمائش ہوتی۔ میوہ

مٹھائیاں.... دودھ بادام.... سارا دن دونوں سوچتے رہتے کہ اب کیا کھائیں....

اس کے رونے کی آواز سن کر ٹینٹ میں سونے والے لوگ جاگ پڑے ”کیا ہو گیا؟... کیوں رو رہے ہو صادق بھائی؟“

”میں مر گیا ہوں....!“ وہ چلانے لگا۔

”یار! اس آدمی کا دماغ کچھ سرک گیا ہے آج....“ وہ سب پھر سونے لگے۔

اب کی بار اس نے فون ملایا تو اپنے گھر میں گونجی ہوئی تیل کی آواز سن کر وہ اچھل پڑا.... اپنے مرنے کا تماشہ دیکھو بوڑھا امریکن اس سے کہہ رہا تھا۔

”میں.... میں صادق.... صادق کو دوست منیر بات کر رہا ہوں۔“

”اچھا منیر بھائی ہیں.... میں خود آپ کو فون کرنے والی تھی۔“

(ثریا کتنی پرسکون معلوم ہو رہی تھی.... نہیں یہ جھوٹ ہے، اس کے مرنے کی اطلاع گھر نہیں پہنچی ہے)

”منیر بھائی! ذرا یہ معلوم کیجئے کہ صادق کے پراویڈنٹ فنڈ کا کتنا رپیہ ہے.... یہ سب روپیہ مجھے ملنا

اگلی پیتل



راشد نذیر

گزشتہ قسط کا خلاصہ نئے قارئین کے لیے: کچھ عرصہ پہلے ہماری ملاقات شہاب صاحب سے ہوئی، جو ایک پڑھے لکھے معزز تجارت پیشہ شخص ہیں، ماورائی علوم و حکمی تقاضی اور جنات کے وجود کے موضوع پر ہم دونوں کے خیالات اور ذوق مشترک تھے، جو ہماری دوستی کا باعث بنے۔۔۔ شہاب صاحب نے ہمیں بتایا کہ ان کی جنات سے دوستی ہے اور کئی مرتبہ کاروباری مشکلات سے نکلنے اور کاروبار کی ترقی میں ان کے دوست جنات کی مدد شامل رہی اور کئی مرتبہ انہوں نے بھی جنات کی مدد کی۔ میرے استفسار پر انہوں نے بتایا کہ جنات کے ایک معزز خاندان کا نوجوان ذاقم، کراچی میں رہنے والی ایک دلہنہ عیثال پر بگڑی طرح سر ملتا، دونوں گھرانوں کے والدین اس بات سے پریشان تھے، چنانچہ انہوں نے میری مدد طلب کی لیکن چند شیطانی عمل کرنے والے آدمیوں کی وجہ سے ان کو مشکل پیش آئی۔ شہاب صاحب نے ہمیں جو قصہ سنایا وہ کچھ اس طرح سے ہے:

”مکراچی کے صنعت کار سلیم احمد اپنے کارخانے میں لگنے والی آگت کی وجہ سے کروڑوں روپے کے مقروض ہو گئے تھے۔ ان کی بیٹی عیثال اس وقت کالج میں پڑھ رہی تھی، جس کی شادی کی ذمہ داری ابھی ان کے اوپر تھی۔ انہوں نے جیلہ بیگم سے مشورہ کیا کہ اپنا مکان اور دیگر جائیداد بیچ کر قرضہ اٹارا جائے، جیلہ بیگم راضی نہ ہوئیں اور سلیم احمد سے کہا کہ پہلے

”روپیہ؟“ اس نے ہونٹ دانتوں سے کاٹے۔
 ”میرے سامنے تو صادق کی لاش پڑی ہے۔ یہ بتائیے اس کا کیا کروں؟“ یہ پوچھتے ہوئے اسے اپنی آواز اچھی سی لگی تھی۔
 ”اسے تم دفن کر دینا پتا!۔ ایسے بڑی شفقت سے کہا۔



علمی تعاون کیجیے

روحانی ڈائجسٹ سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے روحانی مشن کی ترویج و اشاعت میں سرگرم عمل ہے، اس مشن میں ہمارے معزز قارئین کرام بھی شامل ہو سکتے ہیں۔ آپ کے پسندیدہ رسالہ کو مزید بہتر بنانے کے لیے کثیر تعداد میں کتب اور علمی مواد کی شدید ضرورت ہے۔ کسی بھی موضوع، عنوان پر اردو یا انگریزی زبان میں نئی اور پرانی کتابیں ارسال کی جا سکتی ہیں۔

آپ کے اس تعاون کو ہم شکر یہ اور محبت کے ساتھ قبول کریں گے۔ آپ کی یا آپ کے متعلقین کی منتخب کردہ ان کتابوں کا عطیہ ایک علمی اور قلبی جہاد کی حیثیت رکھتا ہے، جس کا اجر عظیم آپ کو اس وقت تک ملتا رہے گا جب تک ان کتب سے اخذ کیا ہوا علم لوگوں کو فائدہ پہنچاتا رہے گا۔

ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ

1/7، D-1، قائم آباد۔ کراچی 74600

روحانی ڈائجسٹ

چاہیے۔
 ”بہت بہتر.... اور کچھ؟“
 گالوں سے بہتے ہوئے ٹھیکین آنسوؤں نے اس کا منہ کڑوا کر دیا۔
 ”جی اور کچھ نہیں کہتا ہے۔۔۔ بات یہ ہے کہ میری ماں اور خسر مجھ سے بہت لڑائی جھگڑے کر رہے ہیں، روپیہ کے لیے۔۔۔ میں بے چاری ہوں۔۔۔“
 بند کروں گا اس!۔
 اس نے فون پکٹ دیا۔ اسے یوں لگا جیسے کسی نے اس کا دل چیر کر رکھ دیا۔ وہ ہذیبی انداز میں خود کا منہ کرنے لگا۔
 ”خود غرض مکار عورت! مجھ سے محبت کا نالک کھینچی رہی۔ میرے ماں باپ کو بدنام کر رہی ہے۔ کیا میری لاش کے سامنے بیچ کر لاشاں ایامیرے روپوں کو یاد کر سکتے ہیں! اس عورت کو اب طلاق دینی ہوگی۔ ابھی ابسے بات کرتا ہوں۔۔۔“
 غصے کے مارے اس کی سانس پھول رہی تھی، ہاتھ اداں کا پ رہے تھے۔ اس نے دوبارہ فون ملایا۔
 ”ہیلو۔۔۔“
 ٹھیکیں اچانک میری آواز سن کر خوشی کے مارے رہی نہ جائیں! اس لیے اس نے ایک بار پھر اپنے دوست نام لیا۔
 ”جی میں خالق بات کر رہا ہوں، صادق کا دوست۔“
 ”جیتے رہو پتا۔۔۔“
 ابا کی حد تک خفیہ آواز آ رہی تھی۔
 ”ہم پر تو مصیبت کا پہاڑ ٹوٹ پڑا ہے۔ ہماری بہو ذوق کا تمام روپیہ خود لیا جاتا ہے۔ اب تم ہی بتاؤ کہ ہم کون کونسا پتا۔“
 ”جی... جی!“ صادق کی آنکھوں سے پھر آنسوؤں جاری بننے لگی۔

”اوہ...“ میرے منہ سے نکلا ”تو پھر...؟“

صاحب... جن نہیں انسان ہیں...“

”جن کہاں نہیں ہو سکتے...؟“ لیکن وہ

وہ مسکراتے ہوئے بولے:

حیرت تھی۔

”جن وہاں بھی ہوتے ہیں...؟“ میرے لہجے میں

”ہیں...“

”عبداللہ شاہ غازیؒ کے مزار پر حاضری دیتے

”اب کہاں...؟“ میرا سوال تھا۔

”آؤ بھی راشد...!“

ہوئے:

شہاب صاحب نے گھڑی پر نظر ڈالی اور اٹھ کھڑے

شہاب صاحب نے کوئی جواب نہیں دیا۔ جلد ہی ہم

لوگ عبداللہ شاہ غازیؒ کے مزار پر پہنچ گئے۔

یہاں حسب معمول بڑی تعداد میں لوگوں کی

آمد و رفت جاری تھی۔

بڑے گیٹ سے اندر داخل ہونے کے بعد ہم لوگ

جب سبز جیوں کے قریب پہنچے تو شہاب صاحب مجھے

اشارہ کر کے ایک جانب کھڑے ہو گئے۔ شہاب صاحب

کی نظر اوپر اٹھی ہوئی تھی، جیسے وہ اوپر سے کسی آنے

والے کے منتظر ہوں۔

ان صاحب کی عمر پچاس سال کے لگ بھگ ہوگی۔

ان کے روشن چہرے پر داڑھی بہت سچ رہی تھی، ان کے

سر پر سفید ٹوپی بھی تھی اور صاف ستھرا سفید رنگ کا شلوار

قبض پہنے ہوئے تھے۔

قسط نمبر 3

اپنے وکیل دوست ناظم بھائی سے مشورہ کر لیا جائے... ناظم بھائی کو وکالت چھوڑے ہوئے عرصہ ہو گیا تھا، لیکن وہ معاملات میں لوگوں کی مدد کرتے رہتے تھے۔ ناظم بھائی نے سلیم احمد کے فیصلہ کو درست مانتے ہوئے مشورہ دیا کہ مکان کوچھ کر کوئی سستا مکان لے لیا جائے...

ادھر عیشال کالج کے پارک میں بیٹھی تھی، جب اس نے محسوس کیا کہ کالج کا ایک لڑکا مسلسل اسے گھور رہا ہے۔ اس طرف دھیان نہیں دیا۔ تھوڑی دیر بعد دیکھا وہ لڑکا وہاں سے غائب ہو گیا تھا۔ دوسرے دن لائبریری میں بھی عیشال نے کتاب کی درجہ گردانی کرتے ہوئے کھڑکی کی جانب دیکھا تو وہی لڑکا اُسے گھورتا نظر آیا۔ عیشال وہاں سے ہٹ گئی لیکن اس کے ذہن میں سوالات ابھر رہے تھے کہ یہ کون ہے...؟ اور کیا چاہتا ہے...؟

ای قفسے میں شیطانی عمل کرنے والے افراد کے کردار بھی موجود ہیں۔ ایک قفسے نے اپنے گرو کے پرتوں میں گریس اس لیے گزار دیے کہ وہ جاوہ اور جنات پر قابو پانے کا عمل سکھ سکے، ماورائی طاقت حاصل کر سکے، لیکن ان برسوں میں وہ صرف اپنے گرو کے لیے ادھر ادھر سے لوگوں کو کھینچ کر لاتا رہا تھا۔ وہ اب نیک خالی تھا، اس نے فیصلہ کر لیا تھا کہ آج وہ اپنے گرو سے ضرور پوچھے گا کہ کب تک وہ اس کے ہاتھوں کھلوانا بنا رہے گا شیطانی عمل کرنے والے گرو نے اپنے چیلہ کی بہت بندھاتے ہوئے کہا کہ جاوہ دیکھنے اور گھنٹی حاصل کرنے کے لیے اسے شیطان کی پوجا کرنی ہوگی اور جنات کو قہا کرنے کا چاہ بہت مشکل اور خطرناک ہے۔ ناظم بھائی نے سلیم احمد کو مشورہ دیا کہ اپنا مکان چھوڑ دو اور وراثت کر کے سستا مکان لے لیا جائے تو ترغیب انہار جاسکتا ہے۔ باتوں باتوں میں ناظم بھائی نے عیشال کے لیے اپنے بیٹھے کا ذکر چھیڑا اور والدین کے انتقال کے بعد راولپنڈی سے کراچی آ گیا ہے۔

شہاب صاحب اُن سے ملے، سلام دعا ہوئی۔ پھر وہ میری طرف متوجہ ہوئے۔

”شاہ جی...! یہ راشد صاحب ہیں... یہ رائٹر ہیں... انہیں زائم جن کے واقعے میں بہت زیادہ دلچسپی ہے...“

شہاب صاحب نے میری طرف دیکھتے ہوئے ان صاحب سے کہتا:

”بہت خوب... شاہ جی بڑے دلکش انداز میں مسکرائے۔

میں اب تک سوالیہ انداز سے اُن دونوں کی طرف دیکھ رہا تھا۔

”یہ شاہ جی ہیں...“ شہاب صاحب نے مجھے بتایا ”ان ہی کی بدولت زائم جن اور ایک شیطانی گروہ اپنے انجام کو پہنچا تھا۔“

ان الفاظ نے مجھے چوٹا دیا۔ اب میں نے زیادہ توجہ سے شاہ جی کی طرف دیکھا، اُن کے چہرے پر دلکش مسکراہٹ اسی طرح تھی۔



عیشال پتھر کے بت کی طرح ایک جگہ کھڑی رہ گئی تھی۔ اس کا دل زور زور سے دھوک رہا تھا اور نظریں اس نوجوان پر تھیں، جو اپنے ارد گرد سے بے خبر ہو کر سڑک پار کر رہا تھا۔

اس کی نظر اب تک عیشال پر نہیں پڑی تھی، خود عیشال بھی احتیاطاً ڈرا پیچھے ہٹ آئی تھی۔ لڑکے کے دانے ہاتھ میں چند کتابیں بھی تھیں، پھر

اس نے روڈ کراس کر لیا۔

”کم بخت ٹروٹی ابھی تک نہیں آئی...“ عیشال نے دل میں سوچا اور پھر ٹیک بیک اُسے اپنے آپ پر غصہ آگیا...

”مجھے کیا ہو گیا ہے... کیا میں اتنی کمزور ہوں...؟“ وہ مجھے کھاتا نہیں جائے گا...!“

ابھی وہ یہ سوچ ہی رہی تھی کہ اسے ٹروٹی آتی دکھائی دی۔ عیشال نے جلدی سے ہاتھ ہلا کر اُسے اشارہ کیا۔

”کیا ہوا...؟“ ٹروٹی نے قریب آتے ہی پوچھا۔ عیشال نے جلدی جلدی اُسے بتایا۔

”اوہ...“ ٹروٹی چونکی ”کہاں ہے وہ...؟“

”وہ رہا...“

”آؤ تو پھر... ذرا اس سے دو دو ہاتھ ہو جائیں...“ عیشال کچھ جھجک رہی تھی، لیکن ٹروٹی کے قدم تیزی سے اٹھ رہے تھے۔ اس کی کوشش تھی کہ کالج میں داخل ہونے سے پہلے ہی اُسے جا پکڑے۔

عیشال کا ہاتھ ٹروٹی کے ہاتھ میں تھا اور پھر ان دونوں نے تیزی سے اس نوجوان کے پاس سے گزرتے ہوئے آگے بڑھ گئیں۔

ٹروٹی نے گھوم کر دیکھا، کافی اسٹارٹ لڑکا تھا اور اپنی ہی دھن میں قدم بڑھاتا جا رہا تھا۔

ٹروٹی نے سوالیہ نظروں سے عیشال کی طرف دیکھا، جیسے پوچھ رہی ہو:

”یہی ہے وہ...؟“

عیشال نے جیسے ہی سر ہلایا، ٹروٹی نے اس لڑکے کو آواز لگادی:

”اے مسٹر...! ذرا بات سنئے گا...!“



مصرف ہو گیا تھا۔ اس کی گھٹیا حرکتیں جلد ہی رنگ لائیں اور ایک دن اسے گرو کے ہاں سے بلاوا آ گیا۔

”دیکھ لڑکے! تو جادو دیکھتا چاہتا ہے، شیطانی قوتوں سے مدد لینا چاہتا ہے تو اس کے لیے تجھے بہت محنت کرنا ہوگی۔“

”گرو! آپ کے ہر حکم کی تعمیل ہوگی۔“

”جادو اور تمام شیطانی کاموں کا پہلا قاعدہ، پہلا اصول جھوٹ ہے۔“

”لوگوں کے سامنے جھوٹ بولو مگر ہمارا آقا شیطان... یہ چاہتا ہے کہ جھوٹ صرف اس طرح نہ بولا جائے کہ وہ پکڑا نہ جاسکے بلکہ جھوٹ اس طرح بولا جائے کہ وہ سچ معلوم ہو۔ لوگ اس جھوٹ پر اس طرح یقین کرنے لگیں کہ انہیں اصل سچ جھوٹا معلوم ہونے لگے۔“

”گرو! میں آپ کی باتوں پر عمل کرنے کی پوری کوشش کروں گا۔“

”یاد رکھ! دنیا میں جھوٹ بھنتا زیادہ پھیلے گا، شیطانی مشن اتنا ہی طاقت پکڑتا جائے گا۔“

”لیکن شیطان کا مشن ہے کیا...؟“

”شیطان کا مشن انسان کی اور خاص طور پر ان سب قوموں کی بربادی ہے جو اللہ کی عبادت پر یقین رکھتی ہیں۔“

”جی گرو! مگر ہم بھی تو انسان ہی ہیں۔“

”ہاں ہم انسان ہیں۔ مگر ہم نے اپنے آپ کو شیطان کے ہاتھوں فروخت کر دیئے۔“

”شیطان سب سے زیادہ کس قوم سے ناراض ہے...؟“

”اس بات کا جواب سننے سے پہلے اچھی طرح یاد دہانی کر لے کہ اب تو شیطان کے بچاریوں میں شامل ہے۔“

شیطان کے بچاریوں کا کسی مذہب، کسی قوم سے تعلق نہیں رہتا۔۔۔۔۔ اب تجھے صرف شیطان کا وفادار رہنا ہے۔“

”جی گرو!۔۔۔۔۔“

”اور... تیرے اس سوال کا جواب یہ ہے کہ شیطان سب سے زیادہ نفرت مسلمانوں سے کرتا ہے۔ شیطان چاہتا ہے کہ مسلمانوں کو تباہ کرنے کے لیے ان میں دنیا کی چاہت کو، دولت کی لالچ کو اور جوانوں کے ساتھ ساتھ بوڑھوں میں بھی عیس کی طلب کو اور جھوٹ کو زیادہ سے زیادہ پھیلا دیا جائے۔“

”اس شیطانی ٹریننگ کا پہلا سبق جھوٹ ہے... اور دوسرا سبق... یہ ہے کہ انسانوں میں وسوسے اور بے یقینی پھیلائی جائے۔“

”اس کا طریقہ کیا ہو گا...؟“

”چیلنے پوچھنا۔“

”بدگمانیاں پھیلائی جائیں، بھائی کو بھائی سے لڑوا دیا جائے، خاندانوں میں ٹوٹ پھوٹ پھائی جائے، شوہر اور بیوی میں شکوک پیدا کر دئے جائیں۔“

”اولاد کو والدین کے خلاف بھڑکایا جائے اور والدین کو یہ یقین دلایا جائے کہ ان کی اولاد ان سے ٹھنک نہیں رہے۔“

”گرو! یہ باتیں سنتے ہوئے چیلے پھیلے پھر ایٹ طاری ہونے لگی، اُسے ایک بار پھر خود پر شرم آ رہی تھی، اُس نے سوچا کہ میں یہ کس گندگی میں ملوث ہو رہا ہوں۔۔۔۔۔“

”اس کا ضمیر ابھی پوری طرح سویا نہیں تھا۔ اسے اپنے اندر درد کی کوئی سے ضمیر کی کڑھری آواز سنائی دی۔“

”چھوڑو۔۔۔۔۔ بڑی راہ پر چلتا چھوڑو۔۔۔۔۔ اس راستے میں کانٹے ہیں، ٹکٹیش ہیں۔۔۔۔۔ برے راستوں کو چھوڑو، اچھائی کی طرف واپس آ جا۔۔۔۔۔“

”اُس نے ایک لمحے کے لیے اُن آوازوں پر توجہ دی اور سوچا کہ یہ میں کیا کر رہا ہوں لیکن پھر عسکتی حاصل

کرنے کا جنون اس کے ضمیر کی آواز پر حاوی آ گیا۔ نفسانی خواہشات ضمیر کی آواز کو دبا دیتی چلی گئیں۔

اب اسے صرف شیطان کے شاگرد، اپنے گرد کی آواز سنائی دے رہی تھی، گرو کہہ رہا تھا۔۔۔۔۔

”بھائی کو بھائی سے لڑاؤ، ماں باپ کو اولاد سے، اور اولاد کو ماں باپ سے بدگمان کر دو۔۔۔۔۔“

”چیلے سوچنے لگا کہ یہ سب کیسے ہو گا۔ یہ تو خونی رشتے ہیں۔ ان میں درازیں کیسے ڈالی جاسکتی ہیں۔۔۔۔۔؟“

”اُس نے یہ سوالات گرو کے سامنے رکھے۔“

”یہ کام انسانوں کے دلوں میں لالچ اور خوف کے ذریعے ہو سکتے ہیں، انسانوں کو دولت کی چپک میں مبتلا کر دیا جائے تو انہیں بھگانا بہت آسان ہو جاتا ہے۔ دولت مند انسان کا روارا بہت پر رہتا نہایت ہی مشکل کام ہے۔“

”لوگوں کو لڑوا دینے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ ان میں لالچ کو بڑھا دیا جائے اور انہیں یہ یقین دلایا جائے کہ تم تو بہت بڑے حق واز ہو مگر تمہارا فلاں بھائی یا فلاں دوست یا فلاں ساتھی تم سے ٹھنک نہیں رہے۔“

”کوئی شخص ان باتوں پر آسانی سے یقین کر لے گا۔۔۔۔۔“

”چیلنے پوچھنا۔“

”بالکل۔ سو سو بار کا آزمودہ نسخہ ہے۔“

”گرو نے عیاری سے مسکراتے ہوئے جواب دیا۔“

”شیطان کے کارندوں کو ایک کام اور کرنا ہے۔۔۔۔۔“

”حکم دینا کرو۔۔۔۔۔“

”مسلمانوں کو آپس میں لڑوا دینا ہے۔“

”اس کا طریقہ کیا ہو گا...؟“

”چیلنے گرو سے پوچھا۔“

”اس کام کے لیے مسلمانوں میں پھیل جانے والی فرقہ واریت کو زیادہ سے زیادہ بڑھانا ہو گا۔ اس عمل سے مسلمان کمزور ہوں گے۔ مسلمانوں کو کمزور کرنا اب

شیطان کا سب سے بڑا مقصد ہے۔ شیطان لگے بچاریوں کا فرض ہے کہ وہ شیطان کو خوش کرنے کے لیے اس کی پسند کے کام سر انجام دیں۔“

”گرو کی باتیں سر آنکھوں پر مگر ایک سوال کی اجازت چاہتا ہوں۔۔۔۔۔“

”کیا سوال ہے...؟“

”ان سب باتوں کا جن قایوں میں کرنے یا عسکتی حاصل کرنے کا تعلق ہے...؟“

”شیطان کی فرج کا ہر سپاہی کسی نہ کسی طاقت کا، عسکتی کا مالک ہوتا ہے لیکن دراصل وہ شیطان کا غلام ہوتا ہے۔ شیطان اپنے ان غلاموں کی چھوٹی چھوٹی خواہشات اس لیے پوری کرتا ہے تاکہ وہ خوش خوش شیطانی کاموں میں شامل رہیں۔“

”جہاں... آج کے لیے اتنا سبق کافی ہے۔“

”گرو! آپ مجھے تاجدار اپناں گے۔۔۔۔۔“

”چیلنے ڈرتے ڈرتے جواب دیا۔۔۔۔۔“

”اور ہاں...“

”ہم دیکھتے ہیں کہ تیرے کپڑے زیادہ تر صاف ستھرے ہوتے ہیں، تو اکثر نہانے دھونے کا اہتمام بھی کرتا ہے۔“

”ہاں! اب تجھے گندہ رہنے کی مشق کرنی ہے۔ شیطان کو جتنا بالکل پسند نہیں ہے۔ نہ خیالات میں، نہ ماحول میں۔ شیطان گندگی اور بدبو کو پسند کرتا ہے۔“

”گرو! میں آپ کے ہر حکم کی تعمیل کروں گا۔“

”تو... آئندہ چار روز تک اپنے جسم کو پانی سے دور رکھے گا۔ ان چار دنوں میں تجھے نہ نہانا ہے نہ دھونا ہے۔“

”جیسا آپ کہیں گے گرو، ویسا ہی کروں گا۔“

”گندہ رہنے کے کئی ادوازے کبھی ہم تجھے جنت کو قایوں کرنے کے طریقے بتائیں گے، یہ طریقے سننے میں تو

بھلے آسان لگیں لیکن ان پر عمل کرنا، جان جو کھم میں ڈالنے والی بات ہے۔

”میں تیار ہوں گرو۔ ہر تکلیف اور مشکل سہنے کے لیے تیار ہوں۔“

”تجھے کراچی میں رہنے والی ایک فیملی کے افراد سے دوستی کرنا ہوگی اور کسی طرح ان کے گھر پر ان کے ساتھ رہنے کا بندوبست کرنا ہوگا۔“

”یہ.... یہ.... میں کیسے کروں گا۔ میں تو آج تک اپنے شہر سے باہر کہیں گیا نہیں اور پھر یہ کہ میں ان لوگوں کو جانتا تک نہیں ہوں۔“



اس نے دونوں کو باری باری دیکھا اور جیسے ہی اس کی نظر عیشال پر گئی اس کے چہرے کا رنگ ہی بدل گیا تھا۔

اُدھر عیشال کا چہرہ بھی سرخ ہو جا رہا تھا۔ ثروٹی نے ایسی حرکت کی تھی کہ وہ سوچ بھی نہیں سکتی تھی۔

”آپ نے مجھے مخاطب کیا تھا....؟“ اس نے فوراً ہی خود پر قابو پا کر پرسکون انداز میں پوچھا۔

لہہ بھر کے لیے تو ثروٹی بھی شپٹا گئی، پھر سنبھل کر بولی:

”آپ اسی کالج کے اسٹوڈنٹ ہیں....؟“

”ہاں.... کیوں....؟“ اس نے حیرت ظاہر کی۔

”میری ایک دوست کو آپ سے شکایت ہے کہ آپ اسے گھورتے رہتے ہیں....“ ثروٹی نے بے دھڑک ہو کر کہا۔

”کون سی دفعہ کے تحت یہ جرم ہے....؟“

”انسانی کت کی دفعہ کے تحت....“ ثروٹی بھی کہاں چوکنے والی تھی۔

”حضرت انسان تو گئے وقتوں میں ہوئے تھے روئے زمین پہ....“ عجیب سا لہجہ تھا اس کا ”اب کہاں وہ

لوگ....“

”معاف کیجیے گا.... آپ بھلے نہ سمجھیں لیکن ہم لوگ اپنا شمار انسانوں میں ہی کرتے ہیں.... اس لیے

برائے مہربانی آپ آئندہ خیال رکھیں.... اور شریف انسانوں کو پریشان مت کریں....“ ثروٹی نے دو ٹوک کہا۔

یہ سن کر نوجوان کے چہرے پر ہلکا سا غصہ نمودار ہوا، لیکن اگلے ہی لمحوں میں معدوم ہو گیا۔

اس نے عیشال کو بڑے غور سے گھور کر دیکھا لیکن کچھ کہے بغیر ہی آگے بڑھ گیا۔

”ہو نہہ....“ ثروٹی نے منہ بنایا ”مجھے تو کوئی سر بچرا لگتا ہے....“

”تم نے یہ کیا حرکت کی....؟“ عیشال نے اُسے گھورا۔

”ارے چھوڑو....“ ثروٹی نے لاپرواہی سے ہاتھ ہلایا۔

”کسی سے ڈرنے کا زمانہ نہیں ہے یہ.... اب اگر اس نے پاگلوں کی طرح تم کو گھورا تو میں اسے گھسیٹ کر

پرنسپل کے پاس لے جاؤں گی.... ہاں.... مجھے اندازہ ہو گیا کہ یہ واقعی تم کو نندیوں کی طرح گھورتا ہوگا....

ابھی دیکھ لیا میں نے.... چلو اب....“ عیشال نے اُسے دیکھا، بولی کچھ نہیں۔

”ارے یار.... کیوں پریشان ہوتی ہو.... کچھ نہیں ہوگا....“ ثروٹی نے اس کے کندھے پر ہاتھ مارا۔

”پتہ نہیں کون ہے....؟ کیا ہے....؟“ عیشال کے لہجے میں الجھن تھی ”تم نے اُسے منہ لگا کر اچھا نہیں کیا....!“

”اوئے....“ ثروٹی نے اُسے گھورا ”شرم نہیں آتی ایسی بات کرتے....؟“

عیشال کے ہونٹوں پر ایک چھپکی سی مسکراہٹ دوڑ گئی۔

”ارے....“ ثروٹی چونکی ”ہم نے اس سے یہ تو پوچھا نہیں کہ وہ غائب کہاں ہو جاتا ہے....“

”بھلا میں جانے....“ عیشال جلدی سے بولی ”اب یہ پوچھنے کے لیے آواز مت دینا اُسے.... کہیں بھی ہائے.... ہماری بلا سے....“

ثروٹی نے گردن ہلا دی۔



گلستان جوہر کے بہترین اور خوبصورت پنکھوز میں سے ایک یہ تھا....

بہت پسند آیا تھا انہیں یہ گھر.... اس کی قیمت بھی انتہائی مناسب تھی۔

یہ علاقہ بہت زیادہ گنجان آباد نہیں ہے۔

تین بڑے کمروں کے علاوہ ایک چھوٹا سا ہال اور برڈنٹ کو اڑر کے ساتھ ایک خوبصورت سالان بھی موجود تھا۔

ناظم بھائی اپنے ساتھ ہی انہیں یہاں لے آئے تھے۔ مکان دیکھتے ہی سلیم احمد نے اپنی رضامندی ظاہر کر دی تھی۔

”اب ان دونوں کا مسئلہ یہ ہے....“

ناظم بھائی نے ایک کمرے میں داخل ہوتے ہوئے کہا

”میرا مطلب بھائی اور عیشال سے ہے....“

”جب مجھے پسند آیا تو انہیں کیوں ناپسند ہو گا....؟“

کرد اور پکن کا جائزہ لینے کے بعد وہ دونوں اسٹور کی طرف آئے۔

ناظم بھائی نے جیسے ہی اسٹور کا دروازہ کھولا، ایک مسور کن خوشبو ان کی ناک سے نکل آئی۔

دونوں نے ایک دوسرے کی طرف دیکھا، یہ اسٹور

کافی بڑا تھا اور اس وقت بالکل خالی پڑا تھا۔

”یہ.... خوشبو کیسی آ رہی ہے....؟“ سلیم احمد نے نتختے بھلائے

”تم نے محسوس کی....؟“

”ہاں.... آ تو رہی ہے....“ ناظم بھائی نے سر ہلایا ”میرے خیال سے کچھ ایسی چیز یہاں رکھی گئی ہوگی کہ جس کی خوشبو رچ بس گئی....“

”یہ گھر کب خالی ہوا تھا....؟“ سلیم احمد نے پوچھا۔

”دو مہینے ہوئے ہوں گے....“ ناظم بھائی نے بتایا

”بہر حال مکان ہے بہت عمدہ....“ سلیم احمد نے پھر تعریف کی۔



وہ اپنے کمرے میں داخل ہوا، اور اُس نے ایک طویل سانس لے کر دروازہ بند کر لیا۔ چند لمحوں کے بعد وہ اپنی جگہ

رکا ہوا کچھ سوچتا رہا۔ پھر اپنے بیڈ پر ڈھیر ہو گیا۔ دونوں ہاتھوں کو سر کے نیچے تکیے کی طرح رکھ کر وہ کمرے کی چھت کو گھورتا رہا۔

پھر اس کے لب بٹے:

”یہ.... یہ مجھے کیا ہو گیا ہے....؟ میں تو خود عشق کے فلسفے کا مذاق اڑاتا تھا.... محبت کی کہانیوں پر پیٹ

دیا دبا کر بناتا تھا.... اب.... اب یہ کیا ہے.... وہ لڑکی کیوں میرے حواس پر سوار ہو گئی ہے.... کیوں آخر....؟

کیا میرا ذہن اور میرے اعصاب اب کمزور ہو گئے ہیں....؟ نہیں.... ایسا نہیں ہو سکتا....“

یہ کہتے ہوئے وہ اٹھ کر بیٹھ گیا اور دونوں ہاتھوں سے اپنے سر کو تھام لیا۔ عین اسی وقت کسی نے دروازے پر دستک دی....

وہ ایسے چو کا جیسے خواب سے جاگا ہو۔

”بیٹا! آواز آئی....“ آواز آئی۔

”جی انکل... آیا...“ اس نے فوراً کہا اور اٹھ کر دروازہ کھول دیا۔

”سو نے کی تیاری ہو رہی تھی...؟“ مسکرا کر پوچھا گیا۔

”نہیں انکل...“ وہ مسکرایا ”ابھی کہاں... بس ذرا آج تنگن سی ہو رہی تھی تو آپ سے بات چیت کے بغیر ادھر آ گیا...“

... اسی لئے میں نے سوچا کہ پوچھوں کیا بات ہے... طبیعت تو ٹھیک ہے نا...“

”ہائل فرسٹ کلاس انکل...“ وہ ہنسا۔

”اوکے بیٹا... دانیال...! اتوار کو تمہیں ہمارے ساتھ چلانا...“

”جی کہاں...؟“

”میرے ایک دوست کے گھر دعوت ہے... اور وہاں... ایک اور کام بھی ہے... میں، تمہاری آنتی اور تم... یعنی ہم تینوں چلیں گے وہاں...“

”ٹھیک ہے انکل...“ اس نے سر ہلایا ”اور آپ ایک اور کام کا کہہ رہے تھے...!“

”ہاں... وہ ہم وہیں چل کر بتائیں گے...“ بڑی معنی خیز مسکراہٹ تھی ان کی۔

”جیسے آپ کی مرضی...“ اس نے خوش دلی سے کہا۔

جلد ہی یہ لوگ بہادر آباد کا وسیع و عریض مکان سے اس نئے مکان میں شفٹ ہو گئے۔

جیلہ بیگم کچن میں مصروف تھیں، آج وہ سلیم احمد کی پسندیدہ ڈش بنا رہی تھیں۔

”امی...! بوہر آئیں...“ عیشال نے باہر سے انہیں آواز دی۔

”ہاں بیٹا... کیا ہوا...؟“ ہانڈی میں بیچ چلائے ہوئے انہوں نے پوچھا۔

”بھیس تو سہی... کام ہے...“

”اچھا ابھی آئی... ایک منٹ رکو...“ یہ کہتے ہوئے انہوں نے جیک کر چکی کے اندر جھانکا اور ڈھکن کو پتیلی پر رکھ کر چولہے کی آج تک کم کر کے عیشال کے ساتھ چل پڑیں۔

”کیا ہوا...؟“

”ایک تماشہ دکھانا ہے...“ عیشال نے کہا ”وہ جو اپنا اسٹور ہے نا... اس میں بڑی خوشبو نہیں مہنگ رہی ہیں، جبکہ اسٹور بالکل خالی ہے...“

”بڑی بات ہے بیٹی... بڑے بوڑھے کہتے ہیں کہ خوشبو کہیں سے بھی آئے، نہ تو کو اور نہ کسی سے ذکر کرو...“ جیلہ بیگم نے نصیحت کی۔

”وہ تو ٹھیک ہے امی... لیکن خالی اسٹور کے اندر خوشبو کا کیا کام...؟“

انتی دیر میں دونوں اسٹور کے قریب پہنچ چکی تھیں۔ عیشال نے ہاتھ بڑھا کر اسٹور کا دروازہ کھول دیا۔

”واقعی...“ جیلہ بیگم نے گہرا سانس لیا ”خوشبو تو بڑی شاندار ہے...“

”اسی لیے تو آپ کو لاتی تھی یہاں...“

”غیر... یہ کوئی ایسی بات نہیں ہے... ہو سکتا ہے یہاں کوئی ایسی چیز رکھی گئی ہو، جو بہت زیادہ خوشبودار ہو...“

آخر ہم سے پہلے بھی تو یہ گھر استعمال میں تھا...“

”ہو سکتا ہے امی...“ عیشال نے کہا۔

”مسلمان رکھ دیا تم نے یہاں...؟“

”نہیں امی... ابھی باقی ہے...“

کو معلوم ہے کہ اُسے پھینکنے سے میرے ہاتھوں میں الٹی ہو جاتی ہے...“

”بس ابھی آتی ہوں، پانچ منٹ میں... اوکے...؟“

سلیم احمد، جیلہ بیگم اور عیشال پہلے سے یہاں موجود تھے، ٹروی بھی اپنی امی کے ساتھ کافی دیر پہلے سے آئی ہوئی تھی اور عیشال سے خوب باتیں بھگارتی تھی۔

انتی دیر میں مہمانوں کی آمد کا سلسلہ شروع ہو گیا، سلیم احمد اور ان کی بیگم نے استقبالہ سنبھال لیا۔

... کیوں نے عیشال کا رخ کیا۔ ان میں کچھ عیشال کی کزنز بھی تھیں۔ ایک جانب ان سب نے مل کر چھوٹی سی محفل جمالی۔

سب سی خوش گپیوں میں مصروف تھے۔ اور پھر ناظم بھائی بھی اپنی بیگم کے ساتھ آگئے، سلیم احمد نے بہت تپاک سے ان لوگوں کو خوش آمدید کہا۔

اس وقت ناظم بھائی نے ان کے کان میں دھیرے سے کچھ کہا اور ایک نوجوان سے تعارف کروایا۔

اس نوجوان نے بہت ادب سے انہیں سلام کیا اور ہنسنے لگے میں بولا:

”دانیال... دانیال الیاس...!“

ادھر عیشال اپنی کزنز سے باتوں میں مصروف تھی کہ ٹروی نے اس کا کندھا ہتھوڑ دیا۔

وہ ہنسا کر گھوسی:

”میرا حرکت ہے ٹروی...؟“

”حرکت کی تالی...“ ٹروی کا لہجہ عجیب سا تھا۔ ادھر آؤ جلدی...“

”کیا ہوا...؟“

”ارے تم ادھر تو آؤ...“ ٹروی نے اُسے تقریباً گھینٹے ہوئے کہا۔

عیشال اٹھ کھڑی ہوئی اور اس کی شکل دیکھنے لگی۔

”تمہاری شکل پر بارہ کیوں جا رہے ہیں...؟“

عیشال نے حیرت سے اس کے ہونٹ چہرے کا جائزہ لیا۔

”جو کچھ میں نے دیکھا ہے... وہ دیکھ کر تم بھی پریشان ہو جاؤ گی...“ آؤ تو...“

”وہ دیکھو... سامنے...“

عیشال نے اس سمت دیکھا اور پھر دھک سے رو گئی۔

ایک کونے میں کرسی پر وہی نوجوان بیٹھا ہوا تھا، جو کالج میں اُسے گھورتا تھا۔

عیشال پچھی پچھی آنکھوں سے اُسے دیکھ رہی تھی۔

تین اس وقت اس کی نظر بھی ان دونوں کی طرف اٹھ گئی۔

میں نے سوچا کہ شہاب صاحب تو ان حضرت سے باتوں میں اس قدر مشغول ہیں کہ مجھے بھول گئے ہیں۔

ابھی میں یہ سوچ رہی رہا تھا کہ شہاب صاحب میری طرف دیکھتے ہوئے بولے:

”شاہ صاحب! ہمارے یہ دوست کافی دیر سے بور ہو رہے ہیں۔“

کچھ ان کی تسلی بھی فرمایاں۔“

”جی بیٹے! جنات کے بارے میں آپ کیا جانا چاہتے ہیں...؟“

شاہ صاحب کے اس طرح پوچھنے پر مجھے یوں محسوس ہوا کہ ان کی نظر میں میرے ذہن کے تمام نہاں خانوں کو ایک لمحے میں ہی کنگھال لیا ہے... ناصر ف کنگھال لیا ہے بلکہ ان کا تجزیہ بھی کر لیا ہے... مجھ پر ایک لمحے کے لیے جھر جھری سی طاری ہو گئی... میرا حلق خشک ہو گیا۔

ریاضی کو خشک مضمون نہ سمجھیں

روزمرہ زندگی میں اس علم کے بغیر
مہذب معاشرے کا قیام ممکن نہیں۔



لوگ عام طور پر ریاضی کو خشک اور غیر دلچسپ مضمون سمجھتے ہیں۔ طلبہ کی اکثریت ریاضی سے گھبراتی ہے اور اس کے قاعدے اور اصول سمجھنے کی صلاحیت نہیں رکھتی۔ اسی لیے کئی طلبہ ریاضی میں ناکام ہو جاتے ہیں۔ اس ناکامی کی ایک وجہ غلط طریقہ تدریس بھی ہے حقیقت یہ ہے کہ روزمرہ زندگی میں ریاضی کا استعمال اتنا اہم ہے کہ اس کے بغیر مہذب معاشرے کا قیام ممکن نہیں۔ خورداک کے مسائل، لباس، رہائش کا اہتمام ہو یا آمدورفت کا، خرید و فروخت ہو یا بلوں کی ادائیگی، ریاضی کا استعمال ناگزیر ہے۔ اس مختصر مضمون میں ریاضی کے ہمہ جہت پہلو اجاگر کرنا تو مشکل امر ہے۔ البتہ ریاضی کے چند دلچسپ اور حیران کن واقعات

ریاض عاقب

اور سوٹیک کے اعداد میں سب سے پہلا عدد ایک اور سب سے آخری عدد یعنی 100 لے کر انہیں جمع کر لیا یعنی $100+1=101$ ۔ پھر شروع سے دو سر اعداد 2 اور آخر سے دوسرا آخری عدد 99 لے کر جمع کیا یعنی $2+99=101$ ۔ علیٰ ہذا، القیاس آخر تک پچاس 101 عدد بن گئے۔ اس نے پھر ان پچاس کو ایک سو ایک سے ضرب دیا تو حاصل ضرب 5050 آیا۔ یہ ایک سے لے کر سوٹیک کے حاصل کا جمع ہے۔ یوں اس چھوٹے بچے کے حل سے ایک فارمولہ دریافت ہو گیا۔ یعنی:

تعداد $x+1$ سے حاصل
اس طرح کسی بھی
مطلوبہ رقم کا
حاصل جمع
چیکوں میں



قارئین کی خدمت میں پیش ہیں، ان واقعات سے شاید ریاضی کو خشک اور غیر دلچسپ سمجھنے والے احباب کی غلط فہمی کسی حد تک دور ہو جائے۔ مشہور یونانی ریاضی دان، فیثا غورث کے متعلق کتب میں لکھا ہے کہ وہ بچپن میں اپنے اساتذہ کو طرح طرح کے سوالات سے تنگ کر رہتا تھا۔ ایک مرتبہ اسے مصروف رکھنے کے لیے ایک استاد نے اس کو کہا ”جاؤ ایک سے لے کر سوٹیک کے اعداد آپس میں جمع کر لاؤ۔“ استاد کو یقین تھا کہ اتنا کم عمر لڑکا کم از کم دو گھنٹے بعد سوال حل کر کے لائے گا۔ لیکن یہ دیکھ کر اس کی حیرت کی انتہا نہ رہی جب نہایت قلیل وقت میں فیثا غورث سوال بالکل درست حل کر لایا۔ اس سلسلے میں فیثا غورث نے بڑا عجیب طریقہ استعمال کیا۔ اس نے ایک

”ہمارے ملک میں ان جنات کی آبادیاں کہاں ہیں...؟“
”کیا جنات کراچی اور دوسرے بڑے شہروں میں بھی رہتے ہیں...؟“
”میں نے ایک ساتھ کئی سوالات کر دیئے۔“
”اس خطے میں جنات کی آبادیاں کئی مقامات پر ہیں۔“
کراچی کے آس پاس بھی جنات کی کئی قومیں صدیوں سے آباد ہیں۔“

ان میں لیر، لاندھی، کراچی سے ٹھٹھہ کے درمیان کے کئی علاقے، سپرائی وے کے اطراف کے علاقے، گڈاپ، منگھو پیر وغیرہ کے بعض علاقے شامل ہیں۔ کراچی اور ٹھٹھہ کے آس پاس کئی سمندری جزیروں میں بھی جنات کی آبادیاں ہیں۔

میرا اشتیاق دیکھتے ہوئے شاہ صاحب نے کچھ تفصیل سے جواب دیا۔
”کیا میں جنات کو دیکھ سکتا ہوں...؟“

(حباری ہے)



درخت لکھیے
صحت بنائیے
سکون پائیے
رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:
”جو کوئی بھی مسلمان جو ایک درخت کا پودا لگائے یا کھیت میں بیج بوائے، پھر اس میں سے پرند یا انسان یا جانور جو بھی کھاتے ہیں وہ اس کی طرف سے صدقہ ہے۔“ (بخاری: مسلم)

میں بمشکل اتنا ہی کہہ پایا کہ ”آپ دونوں جانتے ہیں کہ میں کیا پوچھتا چاہتا ہوں۔“

”ہمارے دوست کسی جن سے بالمشافہ ملاقات کرنا چاہتے ہیں... شاہ صاحب نے مسکراتے ہوئے شاہ جی کو بتایا۔“

”کیا میری کسی جن سے ملاقات ہو سکتی ہے؟“
شاہ صاحب نے ہمت دلائی تو میرے دل کی بات زبان پر آئی گی....

”کیوں... ملنا چاہتے ہو یا؟“ مجھ پر تو گویا انہوں نے منوں وزنی بوجھ ڈال دیا۔

”آپ کی تو اب تک خود اپنے آپ سے بھی ملاقات نہیں ہوئی۔“ شاہ جی کا جملہ ذومعنی تھا۔

”حضرت! آپ اس کی رہنمائی فرمائیں گے تو یہ اپنے آپ سے بھی واقف ہونے لگے گا لیکن اس وقت تو اسے صرف جنوں کے بارے میں جاننے سے دلچسپی ہے۔“
شاہ صاحب نے گویا میری مدد کی۔

شاہ صاحب نے مسکراتے ہوئے شفقت بھری نظروں سے مجھے دیکھا اور کہنے لگے ”ہماری تمہاری طرح جنات بھی اللہ کی مخلوق میں شامل ہیں۔“

”جی... یہ تو میں جانتا ہوں لیکن کیا ہم جیسے عام انسان اللہ کی اس نادیدہ مخلوق کو دیکھ سکتے ہیں۔“

بزرگ کی شفقت سے حوصلہ پا کر میں نے پوچھا۔
انہوں نے فرمایا:

”جنات غیر مرئی تو ہمارے لیے ہیں۔ خود اپنے آپ کو وہ اچھی طرح دیکھتے ہیں اور دیگر کئی انواع بھی انہیں دیکھ سکتی ہیں۔“

مثال کے طور پر فرشتوں کے لیے جنات غیر مرئی نہیں ہیں۔ بعض حیوانات بھی جنات کو دیکھنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔“

17	24	1	8	15
23	5	7	14	16
4	6	13	20	22
10	12	19	21	3
11	18	25	2	9

25 خانوں کا جدول

2	9	4
7	5	3
6	1	8

9 خانوں کا جدول

تھا: ڈیڑھ ملین، بلین، ٹریلین، کوآڈریلیون، کو سنٹینیلیون، سیکٹیلیون، پیٹیلیون، آکٹیلیون، نوو ملیون، ڈیٹیلیون....

اردو قاعدہ میں ہزار کے بعد ہر دوسرے ڈیجٹ کا نام رکھا گیا ہے جبکہ انگریزی گنتی میں یہ فرق تین ڈیجٹ پر مشتمل ہوتا ہے۔ مثلاً ہزار میں دو ڈیجٹ (دو صفر) اضافہ کریں تو لاکھ بنتا ہے اور اس میں دو صفر مزید بڑھائیں تو کروڑ، اس کے بعد ارب اور کھرب وغیرہ... دوسری جانب انگریزی گنتی کے ہزار (Thousand) میں تین ڈیجٹ (تین صفر) بڑھائیں تو ملین بنتا ہے، مزید تین صفر بڑھائیں تو بلین پھر ٹریلین، کوآڈریلیون وغیرہ۔



چند برس پہلے ایک دوست نے ہمارے سامنے ایک حسابی معیہ پیش کیا اور کہا کہ آپ نو خانوں میں ایک سے لے کر نو تک کے اعداد اس ترکیب سے لکھیے کہ ہر سمت میں اس کا حاصل جمع برابر آئے۔ نیز کسی عدد کو دوبارہ بھی نہیں لکھتا ہے۔ ہم تین دوست کافی دیر اس کوشش میں مصروف رہے اور آخر کار سوال حل کر لیا۔ لیکن مذکورہ دوست نے اس میں یہ خالی نکال لی کہ دونوں وتروں کا حاصل جمع برابر نہیں آیا۔ یہ کہہ کر وہ جواب بتانے بغیر تشریف لے گئے۔ اتفاق سے اس دن ہمارا دوست یاسر ادھر آ نکلا۔ اسے ریاضی کے ساتھ گہری دلچسپی ہے۔ اس

معلوم ہونے لگا۔ مثلاً اگر ہمیں کہا جائے کہ ایک سے لے کر ہزار تک کے اعداد آپس میں جمع کرو تو درج بالا فارمولہ یوں استعمال ہوگا۔

$$500 \times (1000 + 1) \\ = 1001 \times 500 \\ = 500500$$

اس طرح ہم نے لمبا چوڑا سوال ایک منٹ سے بھی کم وقت میں حل کر لیا۔

ایک مسلمان بزرگ، رحمت اللہ سبحانی نے اپنی کتاب ”مخزن اخلاق“ میں نہایت عجیب و غریب واقعہ لکھا ہے۔ وہ لکھتے ہیں کہ... ایک مرتبہ شطرنج کے موجد کو بادشاہ وقت نے دربار میں طلب کر کے کہا ”تم نے بڑا دلچسپ کھیل ایجاد کیا ہے۔ اس کے لیے میں تمہیں منہ مانگا انعام دینے کو تیار ہوں۔“

موجد نے اذراہ کمر نفسی عرض کیا ”جناب کی قدر دانی اور عزت افزائی ہی میرا انعام ہے۔ اس سے زیادہ مجھے کسی انعام کی ضرورت نہیں۔“

بادشاہ کے اصرار پر آخر کار موجد نے کہا ”شطرنج کے چونسٹھ خانے ہوتے ہیں۔ اس کے پہلے خانے میں ایک چاول، دوسرے میں گزشتہ خانے سے ڈگنے، چاول، تیسرے خانے میں دوسرے سے ڈگنے، غرض ہر نئے خانے میں پرانے خانے سے ڈگنے چاول رکھ دیے جائیں، یہی میرا انعام ہوگا۔“

بادشاہ نے اس حقیر مطالبے کو اپنی توہین و تذلیل خیال کرتے ہوئے رنج و غصے کا اظہار کیا اور کہا ”اس قدر قلیل مطالبہ میرے شایان شان نہیں، تم کسی بڑے انعام کا مطالبہ کرو۔“

موجد نے عرض کیا ”جناب! جس مطالبے کو آپ حقیر و قلیل خیال فرماتے ہیں، اسے روئے زمین کے تمام

خزانے بھی ادا نہیں کر سکتے۔“

بادشاہ نے کہا ”ان چونسٹھ خانوں کے چاولوں کی مجموعی مقدار دو چار سیر چاولوں سے زیادہ نہ ہوگی۔ مبالغہ کے ساتھ دس بیس سیر قیاس کی جا سکتی ہے۔ یہ چاول ایک غریب آدمی بھی بآسانی دے سکتا ہے۔ روئے زمین کے تمام خزانوں کے ساتھ اس کی کیا نسبت...؟“

موجد نے عرض کیا ”حضور ذرا حساب تو لگا کر دیکھیے۔“

چنانچہ محاسبان شاہی نے جب حساب لگایا تو چاول کا مجموعی وزن 700000000000 (پچھتر کھرب من) کے قریب نکلا۔ وہ دو روپے سیر کے حساب سے 1500000000000000 (پندرہ ٹن روپے) کے ہوئے جسے واقعی تمام روئے زمین کے خزانے بھی نقد یا جس کی صورت پورا نہیں کر سکتے۔

بادشاہ نے اس محیر العقول حساب کا نتیجہ سننے کے بعد کہا ”تمہارا یہ حسن طلب تمہارے حسن ایجاد سے بھی زیادہ انعام کا مستحق ہے جو کسی بڑے سے بڑے دانا کے بھی وہم و قیاس میں نہیں آسکتا۔“ بادشاہ نے پھر اپنی شان شانہ کے مطابق موجد کو زکیر انعام میں دیا۔

اس کے بعد رحمت اللہ سبحانی لکھتے ہیں ”قارئین میں سے کسی کو شبہ ہو تو تھوڑی سی محنت کے بعد اس حساب کی تصدیق کر لے۔ میں نے رتی کا اندازہ چاولوں کے ساتھ تو لا تو پانچ بڑے چاولوں کی ایک رتی بنی۔ ورنہ عام حساب میں آٹھ چاولوں کی ایک رتی لکھی ہوتی ہے۔ لہذا صحیح حساب پانچ چاول رتی رتی کے وزن سے لگایا جائے۔“

اکائی کا اردو واحد۔ اکائی، دوہائی، سیکڑہ، ہزار، دس ہزار، لاکھ، دس لاکھ، کروڑ، دس کروڑ، ارب، دس ارب، کھرب، دس کھرب، پدم، دس پدم، نیلم، دس نیلم، سکھ، دس سکھ، مہاسکھ، دس مہاسکھ....

اکائی کا انگریزی واحد۔ ون، ٹین، ہنڈریڈ،

پوری نوع انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کرتا ہے کہ انسان مخلوق ہے، مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

علمائے دین اور دنیا کے مفکرین کو چاہیے کہ وہ مل کر خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں، یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوع انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جاسکتا ہے۔

اس وقت نوع انسانی مستقبل کے خوفناک تصادم کی زد میں ہے۔ دنیا اپنی ہٹا کی تلاش میں لرز رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آرہے ہیں، زمین پر موت قہص کر رہی ہے۔

انسانیت کی ہٹا کے ذرائع تو حید باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

ترجمہ: اے لوگو! اپنے پروردگار کی عبادت کرو، جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پر ہیزار گارن جاوے۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو بچھونا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برساکر تمہارے کھانے کے لئے پھلوں کو نکالا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورۃ البقرہ۔ 21-22)

خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا ”یا رسول اللہ ﷺ! کونسا گناہ اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟“.....

آپ ﷺ نے فرمایا ”یہ کہ تم اللہ کے ساتھ کسی کو شریک کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے۔“ (صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اول صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو یکتا اور وحدۃ لاشریک ماننا، اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختم نبوت کو زبان اور دل سے قبول کرنا ایک مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدہ توحید و رسالت اور ختم نبوت میں گہرا تعلق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔

از طرف: ایک بندہ خدا

ڈاکٹر انجینئر نہیں بن سکے تو کیا ہوا؟ دوسرے شعبوں میں قسمت آزمائی کریں

اگر ہر کوئی ڈاکٹر، انجینئر یا بزنس مین بن جائے گا، تو یہ معاشرہ کس طرح سے پنپ کے گا، کیونکہ اساتذہ، اادیوں، سیاست دانوں، وکلا اور سماجی علوم کے ماہرین کے بغیر تو یہ دنیا ادھوری رہ جائے گی۔

ہمارے معاشرے میں اکثر نوجوان اس ننھے کا شکار نظر آتے ہیں کہ ایسا کون سا پیشہ اختیار کیا جائے کہ نوٹیاں اور دولت دونوں حاصل ہوں۔ ایک چینی کہات کے مطابق ”ایسی ملازمت کرنی چاہیے، جس میں آپ کو اپنی زندگی میں کام ہی نہیں کرنا پڑتا۔“

اس سے مراد یہ ہے کہ کام میں اتنی دلچسپی ہو کہ آپ کو یہ احساس ہی نہ ہو کہ آپ کام کر رہے ہیں۔ یقیناً وہ شخص قدرے بہتر ہے، جو اپنے کام کو خوشی سے اور بہتر انداز میں کرتا ہے نسبتاً اس شخص کے جسے کام میں کوئی دلچسپی نہیں ہوتی۔ یہ حقیقت ہے کہ انسان ہمیشہ خوشی کی تلاش میں رہتا ہے، اسی لیے وہ کام کی تلاش میں رہتا ہے، جس سے اسے خوشی حاصل ہو۔ لیکن کیا ہم سب کو ایسی ملازمت مل سکتی ہے، جس سے لطف اندوز ہو سکیں۔ یہ بھی حقیقت ہے کہ زندگی میں دولت کی بہت اہمیت ہے، جس کے پاس پیسہ نہ ہو اس کے پاس خوشیاں بھی کم ہوں گی۔ زندگی کو خوشگوار بنانے کے لیے دولت کی بھی ضرورت ہوتی ہے، لیکن یہ شاذ و نادر ہی ہوتا ہے کہ کسی کو کیریئر بنانے کا موقع اپنی پسند اور رجحان کے مطابق مل جائے۔ یہ بات بھی قابل غور ہے کہ کیا ہر شخص ایسے پیشے کو چھوڑ دے، جسے وہ پسند نہیں کرتا۔ بہت سے ایسے روزگار ہیں، جنہیں نوجوان پسند نہیں کرتے، مگر کرنے پر مجبور ہیں۔ اگر سب لوگ اپنی پسند کے پیشے کے مطابق کام کرنے کو قوت دینے لگیں اور ان پیشوں کو نظر انداز

کریں، جو انہیں پسند نہیں ہے، تو یقیناً ایک تصادم پیدا ہو جائے گا۔ چنانچہ بہتر ہو گا کہ ہم یہ دیکھنے کی کوشش کریں کہ اپنے کام سے کس طرح

کیریئر
کیریئر

عقل حیران ہے...!

سائنس خاموش ہے...!

دلچسپ، عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار
سائنس جن کی حقیقت سے آج تک پردہ نہ اٹھا سکی.....

موجودہ دور میں انسان سائنس ترقی کے بدولت
کھنکانی نظام سے روشناس ہو چکا ہے، سمندر کے
تہ اور پہاڑوں کے چھتوں کے کامیابی کے بھنڈے گاڑ رہا
ہے۔ زمین کے سطح میں اور ستاروں سے آگے نئے
جہانوں کے تلاش کے منصوبے بنا رہا ہے۔ یوں تو
سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے حقائق
کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے ارد گرد اب بھی
بہت سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ
نہیں اٹھایا جا سکا ہے۔ آج بھی اس کے ارضیہ
بہت سے واقعات رونما ہوتے ہیں اور کئی آثار
ایسے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقول کے
لیے حیرت کا باعث بنے ہوئے ہیں اور جن کے
متعلق سائنس سوالیہ نشان ہی بولی ہے۔

پسند ہو جاتے ہیں۔ ہم ایسے ہی نوجوانوں سے مخاطب
ہیں... اگر آپ کو من پسند شعبے میں داخلہ نہیں مل سکا، تو
اپنے دماغ کو دباؤ سے آزاد کریں اور ذہن کے کیڑوں کو
بالکل خالی کریں۔ اپنے ارد گرد کے لوگوں کے تجربات
سے فائدہ اٹھائیں یقیناً ہر کوئی جو آج کامیاب ترین زندگی
گزار رہا ہے، ممکن ہے کہ شروع میں یہ اس کی من پسند
منزل نہ ہو، مگر بعد میں اسے جا کر احساس ہوا کہ ارے
میرے اندر تو اسی شعبے کی صلاحیت موجود تھی، تب ہی تو
آج وہ کامیاب ہے۔ آپ اپنے مشاہدے سے یہ خود
محسوس کر لیں گے کہ آپ کو اگر کامیابی حاصل کرنی ہے، تو
اب زندگی کا مقصد کیا ہونا چاہیے۔ جب مقصد واضح ہو جائے
تو یقیناً آپ اپنے اندر ایک نیا حوصلہ محسوس کریں گے

معاشرے میں موجود ہر طبقے کی ایک اپنی اہمیت
ہے۔ ادیب، شاعر، ماہر معاشیات، ماہر نفسیات بھی
معاشرے میں ایک اہم اور نمایاں مقام رکھتے ہیں، اور
آپ اساتذہ کے کردار کیسے نظر انداز کر سکتے ہیں، یہ سب
لوگ بھی ہماری انہی جامعات سے پڑھ کر نکلے ہیں۔
آپ ان کا تعلیمی ریکارڈ دیکھ لیں۔ ان میں سے زیادہ تر
انٹرنیٹ پر پروفیشنل اسٹڈی کر کے آئے تھے، مگر بعد میں اس
فیلڈ کو چھوڑ کر یہ دیگر جامعات میں علم حاصل کرنے لگے اور
انجینئرز اور ڈاکٹرز سے زیادہ نام کمایا۔ ویسے بھی اس بات کی
حفاظت تو کوئی بھی نہیں دے سکتا کہ آپ پیشہ ورانہ تعلیم
حاصل کرنے کے بعد کامیاب انسان بھی بن سکتے ہیں۔

احتماد اور یقین کبھی مت کھویں، کیونکہ زندگی میں
آنے والی مشکلات ہی آپ کو پتھر سے ہیرا بناتی ہیں اور
جدوجہد تو کامیابی کی کنجی ہے۔ کسی داناکا قول ہے کہ ”اگر
سب کچھ کھوئے کے بعد بھی آپ کے اندر ہمت باقی ہے،
تو جان لیں کہ آپ نے کچھ بھی نہیں کھویا۔“
اس صورتحال سے ایسے نوجوان جن کا انجینئرنگ
یونیورسٹی یا میڈیکل کالج میں داخلہ نہ ہو دل برداشتہ
ہو جاتے ہیں اور وقتی طور پر تو انہیں یوں محسوس ہوتا ہے
کہ جیسے ان کی دنیا ہی اندھیر ہو گئی ہے۔ بہت سے اس حد
تک مایوس ہو جاتے ہیں کہ کھانا پینا چھوڑ دیتے ہیں اور تنہائی

لطف اندوز ہوا جاتا ہے۔ اس طرح ہم پسند نہ ہونے کے باوجود
اپنے موجودہ کام میں بہتری کی راہیں تلاش کر سکتے ہیں۔

اگر نوجوان اپنے رجحان کے مطابق پیشوں کا انتخاب
کریں تو ان کی کارکردگی بھی بہتر رہے گی اور ملک کو ہر شعبے
کے لیے اہل نوجوان دستیاب ہوں گے، لیکن ضروری ہوگا
کہ ابتدا ہی سے نوجوانوں کے شوق اور رجحان کے مطابق
کیریئر کا انتخاب کرنے کے لیے رہنمائی کی جائے تاکہ
نوجوان خوشیاں اور دولت دونوں حاصل کر سکیں۔ شوق اور
ذہنی رجحان کے مطابق پیشوں اور کیریئر کا انتخاب نہ
کرنے کی روایت کی ایک اہم وجہ یہ ہے کہ ہمارے
معاشرے میں بچوں کو ابتدا سے ہی یہ یاد کرایا جاتا ہے کہ
اگر انہیں ایک کامیاب انسان بننا ہے، تو پھر انہیں ایک
ڈاکٹر، انجینئر یا پھر اچھا بزنس مین بننا ہوگا، یعنی اس کے
لیے پیشہ ورانہ تعلیم حاصل کرنا ضروری ہے اور وہ بھی چند
مخصوص شعبوں کی۔ اس لیے ہمارے اکثر ذہین نوجوان
میٹرک ہی سے ہی جان سے پڑھنا شروع کرتے ہیں، تاکہ
اپنی نمبر انہیں، تو ایسے کالج میں داخلہ ہو اور اس کے بعد کسی
پیشہ ورانہ تعلیم دینے والی یونیورسٹی میں داخلہ ہو جائے۔ اس
طرح ان کی زندگی کا مقصد پورا ہو جائے گا۔ یقیناً ڈاکٹر یا انجینئر
بننا ایک اعزاز کی بات ہے، مگر اللہ تعالیٰ نے ہر کسی کے لیے
ایک ہی مقدر تحریر نہیں کیا اور اگر ہر کوئی ڈاکٹر، انجینئر یا
بزنس مین بن جائے گا، تو یہ معاشرہ کس طرح سے پنپ سکے
گا، کیونکہ اساتذہ، ادیبوں، سیاست دانوں، لوگ اور سماجی علوم
کے ماہرین کے بغیر تو یہ دنیا ادھوری رہ جائے گی۔

اس صورتحال سے ایسے نوجوان جن کا انجینئرنگ
یونیورسٹی یا میڈیکل کالج میں داخلہ نہ ہو دل برداشتہ
ہو جاتے ہیں اور وقتی طور پر تو انہیں یوں محسوس ہوتا ہے
کہ جیسے ان کی دنیا ہی اندھیر ہو گئی ہے۔ بہت سے اس حد
تک مایوس ہو جاتے ہیں کہ کھانا پینا چھوڑ دیتے ہیں اور تنہائی

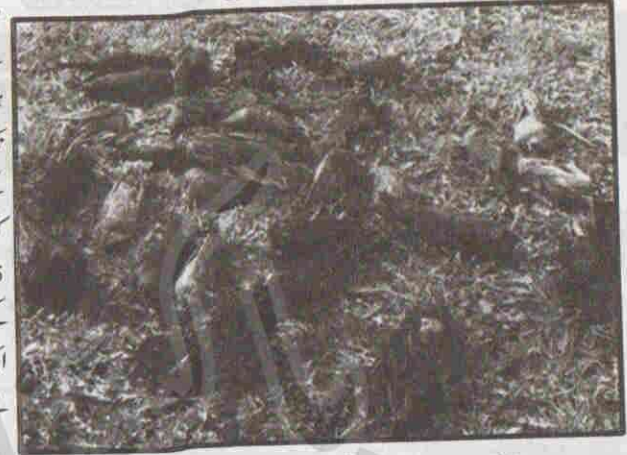


ہزاروں مسردہ پرندوں اور مچھلیوں کی

پراسرار بارش

کئی مردہ پرندے مقامی لوگوں نے اپنی مدد آپ کے تحت اکٹھے کیے، جو سڑکوں، گلیوں اور مکانات کی چھتوں پر جا بجا بکھرے پڑے تھے۔

ڈک کارک کا کہنا ہے کہ پرندے مقامی وقت کے مطابق تقریباً ساڑھے گیارہ بجے آسمان سے گرنا شروع ہوئے اور یہ سلسلہ کچھ دیر تک جاری رہا۔ وائلڈ لائف کے ایک اور عہدیدار روبی کنگ کا کہنا ہے کہ انہوں نے 65 مردہ پرندے اکٹھے کیے، جو سب کے سب اسی ایک علاقے میں گرے تھے۔



وائلڈ لائف عہدیداروں نے اس واقعے کے بعد پورے علاقے پر پہلی کاپڑ سے پروازیں کیں، مگر Beebe قبے کے لگ بھگ ایک کلو میٹر کے دائرے کے باہر انہیں کہیں کوئی اور مردہ پرندہ نہیں ملا۔

اس قسم کی برسات ان لوگوں کے لیے باعث دلچسپی ہے جو عجیب و غریب واقعات میں دلچسپی رکھتے ہیں۔

ہزاروں مردہ پرندوں کی پراسرار برسات کے حوالے سے جنگلی حیات کی ایک ماہر کیرن رو کا کہنا ہے کہ مختلف اوقات میں عالمی سطح پر اس طرح کے پراسرار واقعات پیش آتے رہتے ہیں۔ مثلاً پرندے سخت موسم اور طوفانوں سے بچنے کے لیے سینکڑوں میل تک پروازیں کرتے ہیں اور اس دوران کبھی کبھار انہیں غیر معمولی حالات کا سامنا بھی ہو سکتا ہے۔

2011ء کا نیا سال شروع ہونے میں ایک گھنٹے سے بھی کم وقت باقی تھا کہ امریکی ریاست ارنکساس کے ایک چھوٹے سے قبے میں آسمان سے کالے پرندے گرنے شروع ہو گئے، جس نے نئے سال کی تقریبات کے منتظر شہریوں کو خوف و ہراس میں مبتلا کر دیا۔

ارنکساس کی مقامی میڈیا رپورٹس کے مطابق آسمان سے گرنے والے کالے پرندوں کی تعداد دو سے تین ہزار کے لگ بھگ تھی، جبکہ ارنکساس کے محلے وائلڈ لائف کے ایک عہدیدار ڈک کارک کا کہنا تھا کہ ان کے محلے نے ایک ہزار سے زیادہ پرندے اکٹھے کیے، جو بی بی (Beebe) نامی قبے میں ایک کلو میٹر کے دائرے میں گرے تھے۔ ان میں سے زیادہ تر مرچکے تھے مگر کچھ اٹھاتے وقت تک زندہ تھے۔

قلمب شانی پر اکثر اوقات پرندے گہری دھند میں پرواز کے دوران ایک دوسرے سے ٹکرا کر گر جانے سے ہلاک ہو جاتے ہیں۔ جبکہ پہاڑی علاقوں میں کئی پرندے پرواز کرتے وقت تیز جھکڑوں کی زد میں آ کر پٹانوں سے



ٹکرا کر مر جاتے ہیں، تاہم ہزاروں پرندوں کی پراسرار حالات میں ایک ساتھ ہلاکت نہایت تعجب خیز ہے۔

کیرن رو کہتی ہیں کہ Beebe میں بڑے پیمانے پر ایک ساتھ پرندوں کی پراسرار ہلاکت کی ایک وجہ یہ ہو سکتی ہے کہ نئے سال کے موقع پر آتش بازی کے شور سے پرندے گھبرا کر اڑے ہوں اور خوف کے اسی دباؤ کے باعث

ہلاک ہو گئے ہوں اور یہ بھی ممکن ہے کہ انہوں نے کوئی زہریلی چیز کھائی ہو اور جب زہر نے اپنا اثر دکھانا شروع کیا ہو تو وہ بے چینی میں اڑنے لگے ہوں۔ یہ عقلی دلیلیں یقیناً وزن رکھتی ہیں لیکن ایسا پہلی مرتبہ ہی نہیں ہوا، بلکہ تاریخ میں اس طرح کے کئی پراسرار اور حیرت انگیز واقعات ملتے ہیں۔ مثال کے طور پر اگست 2005ء میں ایک ایسا ہی پراسرار واقعہ کینیڈا کے علاقے مانیٹوبا میں پیش آیا۔ جس میں دو سو سے زیادہ

مرغابیاں ایک کھلے میدان میں مردہ پائی گئیں۔ وہ نہ تو شکاریوں کی گولیوں کا نشانہ بنی تھیں اور نہ ہی ان کے جسموں پر زخموں کے کوئی نشان تھے۔ لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق انہوں نے کوئی زہریلی چیز بھی نہیں کھائی تھی۔ کچھ عرصے تک ماہرین اس خیال پر متفق رہے کہ وہ اجتماعی خود کشی کا ایک حیران کن واقعہ تھا۔ تاہم کچھ عرصہ قبل کی گئی ایک نئی تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ امکانی طور پر مرغابیوں کی ایک ساتھ ہلاکت کی وجہ یہ تھی کہ تاریکی میں پرواز کے دوران وہ اپنی سمت کا تعین کھو بیٹھیں تھیں اور نتیجتاً ایک ساتھ زمین سے ٹکرا کر ہلاک ہو گئیں۔ جیسے بعض مرتبہ طیارے اس وجہ سے زمین سے ٹکرا کر تباہ ہو جاتے



ہیں کہ پائلٹ سمت کا تعین کھو بیٹھتے ہیں۔ اسی طرح کا ایک نہایت عجیب و غریب واقعہ ارنکساس میں کئی عشرے قبل بھی پیش آچکا ہے جب 2 جنوری 1973ء کو آسمان سے بارش کے ساتھ ہزاروں کی تعداد میں مینڈک برسے تھے۔ ارنکساس میں گالف کے میدان میں گالف کا کھیل جاری تھا کہ اچانک بارش شروع ہو گئی، گالف کے سبھی کھلاڑی اور کوچرز اس افواہی بارش کو حیرت سے دیکھ رہے تھے۔

23 ستمبر 1973ء کو

روزنامہ ٹائمز کے مطابق فرانس کے جنوبی گاؤں

Brignoles

میں آسمان سے

ایک عجیب و

غریب طوفان نمودار

ہوا، جس میں ہزاروں کی

تعداد میں چھوٹے چھوٹے

Toads آسمان سے زمین پر

گرے۔ انہدات نے دعویٰ کیا

کہ Toads کی یہ برسات سخت

آندھی کی وجہ سے ہوئی۔ ڈیلی

نیوز کے مطابق 5 ستمبر 1992ء

کو Chalon- Sur Saone

میں بالکل اسی طرح کا واقعہ

پیش آیا تھا، جس میں مسلسل دو

دن آسمان سے چھوٹے چھوٹے Toads کی برسات ہوتی

رہی۔

اگست 1804ء میں بھی Toulouse کے علاقے

میں یہ برسات دیکھی گئی تھی۔ اُس وقت یہ خبر Charles

Fort کے شائع کی تھی، جس کے مطابق برسنے والے ٹوڈز

نہایت چھوٹے، نوزو لود اور لا تعداد تھے۔ خبر کے مطابق

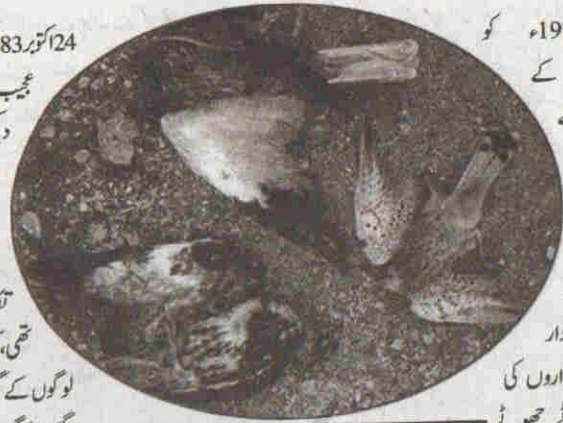
برسات سے پہلے نہایت شفاف دن تھا لیکن اچانک آسمان

پر بادل آئے اور برسات کے دوران یہ ٹوڈز آسمان سے

برسات شروع ہو گئے۔

Blickling Hall Norfolk کے مسودوں کے

مجموعوں سے پتہ چلا ہے کہ Norfolk کے گاؤں میں بھی



24 اکتوبر 1683ء کو ایسی ہی

عجیب و غریب برسات

دیکھنے میں آئی۔

علاقے کے لوگوں

کے لیے یہ

برسات انتہائی

تکلیف دہ بن گئی

تھی، کیونکہ یہ تمام ٹوڈز

لوگوں کے گھروں میں گھس

گئے اور لوگوں کے لیے ان کی

بُورداشت کرنا مشکل ہو گیا۔

لوگوں نے بچپوں کی مدد سے

ان ٹوڈز کو اٹھا کر آگ میں

پھینکا۔ اس طرح اگلے دن

لوگوں کو نجات مل سکی۔

مینیڈک اور مچھلیوں کی

برسات کے متعلق اور بھی

بہت سے ریکارڈز موجود

ہیں۔ اس سلسلے میں ہم منگول قوم کے تاریخی کیلنڈر

اور چوتھی صدی عیسوی کے Deipnosophists

Chronicles کا حوالہ دینا چاہیں گے، یہاں ادنیٰ اور

تاریخی رسائل لوگوں کے پڑھنے کے لیے رکھے جاتے

تھے۔ ان تاریخی ذرائع کے مطابق یونان کے

قصبہ Chersonesus میں لگاتار تین دن تک مچھلیوں

کی برسات دیکھنے میں آئی۔ اسی کے ساتھ مینیڈک بھی اتنی

تعداد میں برسے کہ لوگوں کا گھروں سے نکلنا مشکل ہو گیا

اور

سارے

ساتے

ہلاک ہو گئے۔

انیسویں صدی میں بھی ہمیں اس قسم کے بے شمار

واقعات ملتے ہیں اور یہ واقعات ہمیں Charles fort کی

کتاب میں ملتے ہیں یا ان کا تذکرہ ڈاکٹر ری

آرڈیلیو گڈجر کے آرٹیکل Distinguished

Modern Authority On Falling

Frogs And Fishes میں ملتا ہے۔

بعض ماہرین کا کہنا ہے، اس قسم کی

انوکھی برسات ایک خاص قسم کے طوفان کا نتیجہ ہوتی

ہے۔ اس طوفان کے دوران بارش کے پانی کے ساتھ مٹی

چٹائی پودے اور دوسرے جانوروں کی بجائے مینیڈک،

پرندے اور Fishes آسمان سے برستی ہیں۔ یعنی یہ کہنا

چاہیے کہ یہ طوفان بہت ہی خاص قسم کا طوفان ہوتا ہے۔

حالانکہ عام طور پر یہ طوفان اتنے خاص نہیں ہوتے۔ اس

بات کی بھی وضاحت نہیں ہو سکی کہ بعض اوقات بالکل

شفاف آسمان سے بھی اس قسم کی برسات کیوں ہوتی ہے یا

یہ کہ ایسے طوفان یا بارش کے دوران صرف ایک مخصوص

حصے پر ہی کیوں ایسی انوکھی برسات ہوتی ہے...؟

اس برسات کے متعلق ایک نظریہ یہ بھی ہے کہ

دراصل فضا میں اڑنے والے یہ پرندے ان مینیڈک اور

مچھلیوں کو اگلے ہیں۔ یا پھر زلزلے کی وجہ سے یہ مینیڈک

وغیرہ زمین پر نظر آنے لگتے ہیں۔ ایک مشہور ماہر

طبیعیات Count De Castelnu کے بیان کے

مطابق فروری 1986ء میں کئی دن تک طوفان آیا

جس کی وجہ سے سنگاپور میں تقریباً 150 ہیکڑ زمین

Cat Fish کی عام قسم سے بھر گئی۔ علاقے کے

لوگ ٹوکری بھر بھر کر ان مچھلیوں کو جمع کرنے

لگے، ان کا کہنا تھا کہ یہ مچھلیاں آسمان سے برسی

ہیں، جبکہ Count کے مطابق جس نے یہ نظارہ اپنی

آنکھوں سے نہیں دیکھا تھا، اس کا دعویٰ تھا کہ مچھلیوں کی

یہ برسات دراصل زلزلے کا نتیجہ ہے، لیکن اس سے زیادہ

وہ وضاحت نہ کر سکا۔

30 جون 1892ء کو برمنگھم کے علاقے میں برسنے

والے مینیڈک مقامی مینیڈکوں کی قسم سے بالکل مختلف تھے،

یہ سب سفید رنگ کے تھے۔

بعض مرتبہ ان برسات میں برسنے والی مچھلیاں مردہ

ہوتی ہیں۔ یہ بات سچ ہے کہ کئی مرتبہ مردہ مچھلیوں کی

برسات ہو چکی ہے اور بعض واقعات میں ان کو مرے

ہوئے اتنا وقت گزر چکا ہوتا ہے کہ یہ چونے میں تبدیل

ہو چکی ہوتی ہیں۔ خیال کیا جاتا ہے کہ برسنے سے پہلے یہ

مچھلیاں کافی وقت آسمانی سمندر میں گزارتی ہیں۔

اس طرز کی Humboldt ایک سائنسدان ہبولٹ

بارش کو قرون وسطیٰ کے لوگوں کی ضعیف الاعتقادی قرار

دیتا ہے۔ دراصل ہبولٹ کے زمانے میں شہاب ثاقب کی



مطابق فروری 1986ء میں کئی دن تک طوفان آیا

جس کی وجہ سے سنگاپور میں تقریباً 150 ہیکڑ زمین

Cat Fish کی عام قسم سے بھر گئی۔ علاقے کے

لوگ ٹوکری بھر بھر کر ان مچھلیوں کو جمع کرنے

لگے، ان کا کہنا تھا کہ یہ مچھلیاں آسمان سے برسی

ہیں، جبکہ Count کے مطابق جس نے یہ نظارہ اپنی

آنکھوں سے نہیں دیکھا تھا، اس کا دعویٰ تھا کہ مچھلیوں کی

یہ برسات دراصل زلزلے کا نتیجہ ہے، لیکن اس سے زیادہ

وہ وضاحت نہ کر سکا۔

30 جون 1892ء کو برمنگھم کے علاقے میں برسنے

والے مینیڈک مقامی مینیڈکوں کی قسم سے بالکل مختلف تھے،

یہ سب سفید رنگ کے تھے۔

بعض مرتبہ ان برسات میں برسنے والی مچھلیاں مردہ

ہوتی ہیں۔ یہ بات سچ ہے کہ کئی مرتبہ مردہ مچھلیوں کی

برسات ہو چکی ہے اور بعض واقعات میں ان کو مرے

ہوئے اتنا وقت گزر چکا ہوتا ہے کہ یہ چونے میں تبدیل

ہو چکی ہوتی ہیں۔ خیال کیا جاتا ہے کہ برسنے سے پہلے یہ

مچھلیاں کافی وقت آسمانی سمندر میں گزارتی ہیں۔

اس طرز کی Humboldt ایک سائنسدان ہبولٹ

بارش کو قرون وسطیٰ کے لوگوں کی ضعیف الاعتقادی قرار

دیتا ہے۔ دراصل ہبولٹ کے زمانے میں شہاب ثاقب کی

امریکی ریاست ارنکنساس
میں مردہ پرندوں کی
بارش کا حیرت انگیز منظر



ڈاکٹر جمیل صدیقی

ان صفحات پر آپ بھی سائنسی حقائق کے بارے میں دریافت کر سکتے ہیں۔ سوال مختصر اور واضح الفاظ میں تحریر کریں اور اس پتہ پر ارسال کر دیں۔

سائنس کارنر Q&A معرفت روحانی ڈائجسٹ 1-D, 1/7 ناظم آباد، کراچی

Q: فیوز وائر سے کیا مراد ہے...؟

(ماہم سلیم۔ سیالکوٹ)

A: فیوز وائر اس تار کو کہتے ہیں جس میں سے گزر کر بجلی آپ کے گھر میں داخل ہوتی ہے۔ یہ تار زیادہ حرارت پا کر فوراً پگھل جاتا ہے اور برقی سلسلے کو منقطع کر دیتا ہے۔ آپ جانتے ہیں کہ بجلی کے تار دو قسم کے ہوتے ہیں۔ ایک کو مثبت یا پوزیٹو اور دوسرے کو منفی یا نیگیٹو کہتے ہیں یعنی ایک سے بجلی جاتی ہے اور دوسرے سے واپس آتی ہے، اس طرح بجلی کا سرکٹ مکمل ہو جاتا ہے۔ اگر تار کہیں سے کٹ جائے اور یہ دونوں تار آپس میں مل جائیں تو فوراً ایک شعلہ نظر آتا ہے اور بجلی غائب ہو جاتی ہے۔ ایسی صورت حال میں فیوز وائر جاتا ہے یعنی جیسے ہی کوئی گریڈ ہوتی ہے، فیوز وائر پگھل جاتا ہے اور برقی سلسلہ منقطع ہو جاتا ہے۔ اگر ایسا نہ ہو تو آگ لگ سکتی ہے یا کوئی اور حادثہ پیش آسکتا ہے۔ برقی میٹر کے ساتھ فیوز وائر لگانے کا ایک مقصد یہ بھی ہے کہ اگر برقی دباؤ یا اونٹنی مقررہ حد سے بڑھ جائے تو یہ تار فوراً پگھل جائے اور برقی روکا سلسلہ منقطع ہو جائے۔ اس طرح میٹر بھی محفوظ رہتا ہے اور گھر بھی۔ بعض لوگ فیوز وائر کے بار بار مل جانے سے پریشان ہو کر موٹے تار یا کئی بار ایک تاروں کو آپس میں مل دے کر لگا دیتے ہیں۔ یہ طریقہ کار غلط ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ کسی بھی حادثے کے وقت فیوز وائر پگھلے گا نہیں اور پھر گھر کو یا بجلی استعمال کرنے والوں کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ فیوز کے لیے وہی ملائم تار استعمال کرنا چاہیے جو اس مقصد کے لیے علیحدہ سے ملتا ہے اور جو بجلی کو تو آسانی سے گزرنے دیتا ہے اور کسی بھی غیر معمولی صورت حال میں فوراً پگھل جاتا ہے۔ اسی لیے وہ فیوز وائر کہلاتا ہے۔



Q: ناخنوں پر سفید نشان کیوں ہوتے ہیں...؟

(محمد طلحہ بیگ۔ کراچی)

A: ہمارے ناخن ایک خاص ہڈی سے بنے ہوتے ہیں جو جانوروں میں سینگ میں ہوتی ہے۔ یہ سخت مادہ ہے، جس

برسات کو بھی وہم سمجھا جاتا تھا۔ اس کی زندگی کے دوران جنونی امریکہ میں ایک ایسا ہی حیرت انگیز واقعہ پیش آیا تھا، ہوا یہ تھا کہ آسمان سے اُبلتی ہوئی مچھلیاں برسی تھیں۔ یہ ہولٹ نے اس کو قریبی آتش فشاں پھٹنے کا سبب بتایا تھا۔ ایرڈور جو ساؤتھ ویلز کا علاقہ ہے، 11 فروری 1859ء کو یہاں بھی کثیر تعداد میں مچھلیوں کی برسات ہوئی۔ یہ سائز میں پانچ انچ کے برابر تھیں۔ ان کے تمام نمونے برطانوی میوزیم کے سربراہ ڈاکٹر گرسے کو بھیجے گئے۔ انہوں نے ان کا تجزیہ کر کے بتایا کہ یہ مچھلیاں جوان ہیں اور وہ اس بات پر مکمل یقین رکھتے تھے کہ یہ مچھلیاں آسمان سے برسی ہیں۔ چارلس فورٹ! مینڈک اور مچھلیوں کی برسات جن کا پسندیدہ موضوع ہے، کے مطابق اوپری نضا میں خس و خاشاک پر مشتمل ایک سمندر موجود ہے جو زمین سے مختلف اشیاء کو اپنی طرف کھینچ لیتا ہے اور پھر وقفے وقفے سے زمین پر پھینک دیتا ہے۔ لیکن یہ نظریات چارلس فورٹ کی طرف سے پیش کیے گئے تمام نظریات کے مقابلے میں زیادہ حیران کن اور ناقابل یقین ہیں۔

سائنس کو بھی وہم سمجھا جاتا تھا۔ اس کی زندگی کے دوران جنونی امریکہ میں ایک ایسا ہی حیرت انگیز واقعہ پیش آیا تھا، ہوا یہ تھا کہ آسمان سے اُبلتی ہوئی مچھلیاں برسی تھیں۔ یہ ہولٹ نے اس کو قریبی آتش فشاں پھٹنے کا سبب بتایا تھا۔ ایرڈور جو ساؤتھ ویلز کا علاقہ ہے، 11 فروری 1859ء کو یہاں بھی کثیر تعداد میں مچھلیوں کی برسات ہوئی۔ یہ سائز میں پانچ انچ کے برابر تھیں۔ ان کے تمام نمونے برطانوی میوزیم کے سربراہ ڈاکٹر گرسے کو بھیجے گئے۔ انہوں نے ان کا تجزیہ کر کے بتایا کہ یہ مچھلیاں جوان ہیں اور وہ اس بات پر مکمل یقین رکھتے تھے کہ یہ مچھلیاں آسمان سے برسی ہیں۔ چارلس فورٹ! مینڈک اور مچھلیوں کی برسات جن کا پسندیدہ موضوع ہے، کے مطابق اوپری نضا میں خس و خاشاک پر مشتمل ایک سمندر موجود ہے جو زمین سے مختلف اشیاء کو اپنی طرف کھینچ لیتا ہے اور پھر وقفے وقفے سے زمین پر پھینک دیتا ہے۔ لیکن یہ نظریات چارلس فورٹ کی طرف سے پیش کیے گئے تمام نظریات کے مقابلے میں زیادہ حیران کن اور ناقابل یقین ہیں۔

ارکنساس کے ہزاروں پرندوں کی اجتماعی ہلاکت اور مچھلیوں اور مینڈکوں کی برسات کی اصل وجہ ابھی تک اسرار کے پردوں میں ہے۔ کیا سائنسدان ان پر اسرار حقائق منظر عام پر لانے میں کامیاب ہو جائیں گے...؟؟



سے لینڈ کے علاقے میں ایک کسان نے ایک گڑھا

سے ہماری کھال بھی بنتی ہے۔ یعنی ہماری کھال میں بھی یہ ناخنی مادہ قلیل مقدار میں شامل ہوتا ہے۔ اس سے بھی عجیب بات یہ ہے کہ یہ ناخنی مادہ انتہائی قلیل مقدار میں ہمارے بالوں میں بھی ہوتا ہے۔ ناخن کے نیچے جلد کی ایک گہری تہہ جمی ہوئی ہوتی ہے، اس تہہ کے غلیے عام بدن کے غلیوں سے مختلف اور مضبوط ہوتے ہیں۔ ہمارے ناخنوں کی صحت کا دارومدار ناخنوں کے نیچے کی تہہ میں پوشیدہ انجین غلیوں پر منحصر ہے۔

ایسے افراد جنہیں جلد کی کوئی بیماری لاحق ہوتی ہے، تو عام طور پر اس بیماری کی وجہ سے اکثر ان کے ناخن بھی پیدا ہو جاتے ہیں، کیونکہ ان کے ناخنوں کے نیچے موجود جلد کے خاص غلیوں میں بیماری کے جراثیم پھیل جاتے ہیں۔ چنانچہ ناخنوں میں کھردرا پن پیدا ہو جاتا ہے۔ اگر کسی وجہ سے خون میں خرابی یا کمی واقع ہو جائے تو اس کا اثر پورے جسم کے ساتھ ساتھ ناخن کے نیچے کے خاص غلیوں پر بھی پڑتا ہے۔ خون کی کمی کا اثر یوں ظاہر ہو گا کہ ناخنوں کے اوپر سفید نشان نظر آنے لگیں گے۔ ہاتھ کے ناخن ہی نہیں، بلکہ پاؤں کے ناخنوں پر بھی سفید نشان نظر آئیں تو سمجھ جائے کہ اندر کوئی بیماری ہے۔ ایسی صورت حال میں ڈاکٹر کو دکھانا چاہیے۔ عام طور پر ڈاکٹر جہاں نہیں، زبان، دل، بلڈ پریشر اور حلق کا معائنہ کرتے ہیں، وہاں ناخنوں کی رنگت بھی بغور دیکھتے ہیں۔



Q: کیا نابینا افراد کو بھی خواب نظر آتے ہیں....؟

(عائشہ حسین۔ کراچی)

A: جی ہاں۔ اس لیے کہ خوابوں کا تعلق لا شعور سے ہے۔ پیدا کنشی نابینا کو اشیاء کی ماہیت کا صحیح ادراک نہیں ہوتا، اس لیے ان کے خوابوں میں اشیاء کی شکلیں ان کے شعوری تصورات کے مطابق ہوتی ہیں۔



Q: جیٹ طیارے سے دھماکہ کیوں پیدا ہوتا ہے....؟

A: دھماکہ صرف ان جیٹ طیاروں سے پیدا ہوتا ہے جن کی رفتار آواز کی رفتار سے زیادہ ہو۔ آواز کی رفتار 742 میل فی گھنٹہ ہے، یعنی یہ آواز کی رفتار کی حد ہے۔ جب طیارہ تیز رفتار ہو کر اس حد کو چیر کر اوپر نکلتا ہے تو دھماکہ ہوتا ہے۔ آواز کی رفتار سے تیز چلنے والے طیارے کے لیے ہوا ایک سیال مادے کی حیثیت رکھتی ہے۔ جس میں طیارے سے ایسی قسم کی لہریں پیدا ہوتی ہیں جس طرح سمندر میں بحری جہاز سے پیدا ہوتی ہیں۔ ہوا کی یہی لہریں ہیں جن سے دھماکہ پیدا ہوتا ہے۔



Q: کیا سیکنڈ سے بھی چھوٹی کوئی اکائی ہوتی ہے....؟

A: مائیکرو سیکنڈ (Microsecond)۔ مائیکرو کے معنی ہیں دس لاکھواں حصہ اس لیے مائیکرو سیکنڈ کا مطلب ہے سیکنڈ کا دس لاکھواں حصہ۔ نینو سیکنڈ (Nanosecond) نینو یونانی زبان میں ایک اربویں حصے کو کہتے ہیں۔ اس لیے نینو سیکنڈ وقت کی وہ اکائی ہے جس کا مطلب سیکنڈ کا اربواں حصہ ہے۔



ہر شخص کو چاہیے کہ کاروبار حیات میں مذہبی
قدروں، اخلاقی اور معاشرتی قوانین کا احترام
کرتے ہوئے پوری پوری جدوجہد اور کوشش
کرے لیکن نتیجہ اللہ کے اوپر چھوڑ دے۔

(حضور قلندر بابا اولیاء)

مرآقبہ ہال ٹنڈو جام (برائے خواتین)
نگران: نصرت فاطمہ

مکان نمبر 491، شاہی بازار، نوناری گلی،
ٹنڈو جام، ضلع حیدر آباد
فون: 0345-3701665

Star posture ستارہ آسن یوگا کیلئے

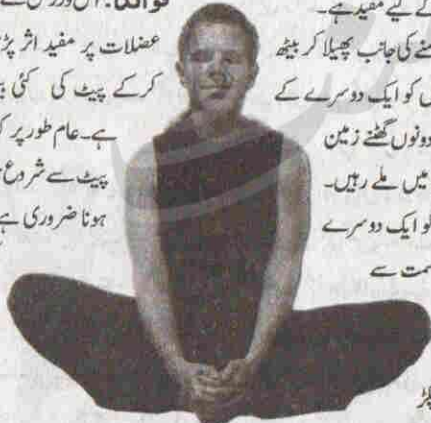
نظام ہاضمہ کے لیے مفید مشق

بنائیں۔ یہ اس ورزش کی ابتدائی حالت ہے۔ اب اوپری جسم کو گھما کر اور چہرے کی پیشانی کو جھکاتے ہوئے پیر اور ہاتھوں کی پکڑا تک لے جا کر رکھ دیں۔ جبکہ گھٹنے تھوڑے سے اوپر کی جانب اٹھائیں جن کا زمین سے فاصلہ زیادہ سے زیادہ چھ انچ تک ہونا چاہیے، جبکہ کہنیاں جڑی ہوئی صورت میں پیٹ کے ساتھ داگیں اور پائیں پہلوؤں میں ملی ہوئی ہوں گی۔ اب اسی حالت میں دو سے ڈھائی منٹ قیام کریں۔ بعد از قیام دوبارہ جسم کو اوپر کی جانب اٹھاتے ہوئے آہستگی کے ساتھ ہاتھوں کی بندش کو ڈھیلا کر دیں اور اپنی ابتدائی حالت میں آجائیں، اب دونوں ہاتھوں کو کمر کے پیچھے کی جانب رکھ کر اسی انداز میں سینے کو سامنے نکال کر لیے اور گہرے سانس لیں۔ چند مرتبہ یہی سانس کا عمل دہرانے کے بعد دوبارہ اس عمل کو کل تین مرتبہ دہرائیں۔

جسم کی قوت مدافعت بڑھانے اور خلیات کی ٹوٹ پھوٹ کے عمل کو روکنے میں بھی یوگا کی ورزشیں مفید ثابت ہوئی ہیں۔ سلیز کی ٹوٹ پھوٹ جس قدر کم ہوگی اور نئے سلیز کے بننے کا عمل جتنا بہتر ہوگا اسی قدر ہماری صحت بہتر ہوگی۔ جب ہم یوگا کی مشقیں کرتے ہیں تو ہم اپنے جسم کو گھماتے، موڑتے اور پھیلاتے ہیں، اسے سخت کرتے ہیں اور ڈھیلا چھوڑتے ہیں، یہ حالت ہمارے جسم میں رگوں، پٹھوں اور ریزلہ کی بڑی کی سختی کو دور کرنے اور اسے مضبوط اور لچکدار بنانے کا سبب بنتی ہے۔

یوگا کی ورزشوں سے جسم کے تمام اعضاء خون سے سیراب ہو جاتے ہیں اور یہ چیز ہماری صحت کے لیے مفید ہے۔ ہماری بہتر صحت کا تعلق نظام ہاضمہ سے ہے، اگر ہاضمہ کا نظام درست نہیں تو صحت بہتر نہیں ہو سکتی۔ یوگا کی ستارہ مشق پیٹ کی بیماریوں کے لیے مفید ہے۔

طریقہ: دونوں ٹانگوں کو سامنے کی جانب پھیلا کر بیٹھ جائیں۔ دونوں پیروں کے تلووں کو ایک دوسرے کے ساتھ ملا کر اس طرح رکھیں کہ دونوں گھٹنے زمین کے ساتھ داگیں اور پائیں سمت میں ملے رہیں۔ اب دونوں ہاتھوں کی انگلیوں کو ایک دوسرے میں پھنسا کر اچھی طرح نیچے کی سمت سے اس طرح پکڑیں کہ بندھی انگلیاں زمین کی طرف اور دونوں انگوٹھے اوپر پیر پر اپنی پکڑ



فوائد: اس ورزش سے پیٹ کے اندرونی دبیرونی

عضلات پر مفید اثر پڑتا ہے۔ نظام ہاضمہ کو بہتر کر کے پیٹ کی کئی بیماریوں میں یہ مشق مفید ہے۔ عام طور پر کہا جاتا ہے کہ تمام بیماریاں پیٹ سے شروع ہوتی ہیں لہذا لپیٹ کا درست ہونا ضروری ہے۔ پیٹ کے علاوہ یہ مشق کولہوں کے جوڑ اور ریزلہ کی بڑی کو لچکدار اور مضبوط بنانے میں بھی مفید ہے۔

۱۱۱۱

ابدالِ حق حضرت قلندر باباؒ

رہنمائی فرماتے ہیں:

اللہ سے محبت کے دعوے کی تکمیل اسی وقت ہوتی ہے اور یہ دعویٰ اللہ کی نظر میں اسی وقت قابل قبول ہوتا ہے جب ہم اللہ کے رسول حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی پیروی کریں۔

عظیم خواجہ فرٹیلایزر۔ سانگھڑ

رابطہ: شوکت علی

فون نمبر: 0345-3729979

صحت کے تقاضے

تندرستی اور
صحت کی بحالی کوئی
معمولی ٹاسک نہیں۔
پہل ہماری
قوت

انہیں سمجھنے کی ضرورت ہے۔۔۔



عضلات کی کمزوری پر قابو پانے کا یہی واحد ذریعہ ہے۔ عمر میں اضافے کے ساتھ عضلات کے حجم میں اضافہ ہوتا ہے اور جسم میں چربی بڑھتی ہے، اس کا واحد حل

یہی ہے کہ درست قسم کی غذا کھائی جائے اور ورزش بھی باقاعدگی سے کی جائے۔ اس طرح جسم کی زیادہ بڑھنے، پھیلنے، بے ڈول اور بھرا ہونے سے روکا جاسکتا ہے۔

دن میں صرف 30 منٹ اپنے لیے مخصوص کر دیں مگر کیا کریں اس وقت میں؟

جسم کا دوران خون اور اعصابی نظام کو

تقویت دینے کے لیے

ورزش بہت ضروری

ہے۔ وہ

لوگ جو

ورزش

نہیں

کرتے اپنے

عضلات کے حجم

میں اضافہ کر لیتے

مداغت بڑھانے میں مددگار ثابت ہوں گے۔ جلد چہرے کی ہو یا پورے جسم کی پھولوں کی طاقت سے نکھار اور جاذبیت ملتی ہے اور کینسر سے بچنے کے لیے خوراک میں پھولوں کو شامل کرنا بے حد ضروری ہے۔ کھانے کے وقت سے آدھ پون گھنٹہ پہلے پھل کھائیں اور کھانے کی مقدار (سامان) میں کمی کر کے ایک کپ کچی سبزیاں کھانے کی عادت ڈال لیں۔ پالک، گو بھی، کھیرا، ٹماٹر، مولی، گاجر، مٹر اور دوسری پسندیدہ رنگ برنگی سبزیوں کو اپنے مینو میں شامل کر لیں۔ یہ سبزیاں قطعی فضول سی چیزیں نہیں۔ یہ آپ کے جسم کے زہریلے مواد، کولیسٹرول، خون کا دباؤ اور معدے کے نظام کو بحال رکھیں گی۔ سبزیاں آپ کے لیے آکسیجن سے کم نہیں، ان میں 70 فیصد پانی اور چکنائی برائے نام ہوتی ہے، ریشہ زیادہ ہوتا ہے جو قبض نہیں ہونے دیتا اور آنتوں کے کینسر سے تحفظ دیتا ہے۔

دن میں کم از کم دو ڈیوی پروڈکٹس لینیں چاہئیں مگر کیوں؟

سوال اہم ہے اور جواب یہ ہے کہ بڑھتی ہوئی عمر کے بچوں کو گھر پر بنائی جانے والی دہی اور دودھ کی غذائیں دینا ضروری ہے اور یاد رہے ان کو کم چکنائی والی غذائیں نہ دیں۔ ان کی عمر اور قد کی بڑھوتری کے لیے کیشیم اور وٹامن ڈی کی مقدار میں اضافہ بھی ہو تو مضائقہ نہیں اور درمیانی پائنٹہ عمر کے افراد کے لیے کم چکنائی والے دودھ، پنیر اور دہی کا انتخاب کیا جانا چاہیے۔ بڑے دو اونٹ پنیر بھی کھائیں تو بہت ہے۔ ان کی ہڈیوں کی کمزوری اور



وجہ سے جسم بیماریوں کا مقابلہ کرنے کے قابل نہیں رہتا۔ یہاں رگی کی ایک مفید مشق دی جا رہی ہے جو نزلہ و زکام میں مفید مشق ہو سکتی ہے۔

طریقہ: اس مشق کے لیے کسی ایسی جگہ کا انتخاب کریں۔ جہاں شور نہ ہو، تاکہ میکسوٹی کے ساتھ آپ یہ مشق کر سکیں۔ آرام دہ حالت میں بیڈ یا فرش پر چادر بچھا

کر لیٹ جائیں۔ اپنے ہاتھ چہرے پر اس طرح رکھیں کہ دایاں ہاتھ

دائیں رخسار اور آنکھ کو کور کرے اور بائیاں ہاتھ بائیں رخسار اور آنکھ کو کور کرے۔ اس حالت میں تقریباً دو منٹ رہیں اور یہ عمل دو مرتبہ کیجیے۔ اس کے بعد دونوں ہاتھ سینے پر اس طرح رکھیے کہ دایاں ہاتھ سینے کے درمیان ہو اور بائیاں ہاتھ دائیں ہاتھ سے نیچے ہو۔ اس پوزیشن میں بھی تقریباً دو منٹ رہیے۔

فوائد: نزلہ و زکام کے لیے یہ مشق مفید ہے۔ جسم کے دفاعی نظام میں بہتری آتی ہے۔ جسمانی حرارت میں بھی یہ مشق فائدہ مند ثابت ہوتی ہے۔



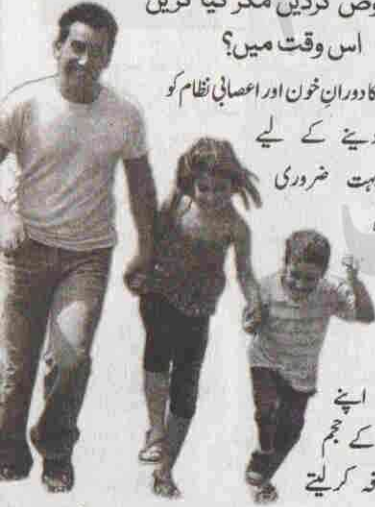
رگی کی مشقیں ذہنی دباؤ کم کر کے آرام پہنچانے اور شفا بخشنے میں معاون ہیں۔

رگی کی بنیاد اس نظریے پر ہے کہ ایک مٹھی لائف فورس انرجی ہمارے جسم میں گردش کر رہی ہے، جو ہمیں زندہ رہنے کا حوصلہ اور امنگ عطا کرتی ہے۔ اگر لائف فورس انرجی پست ہے تو اندیشہ ہے کہ ہم بیمار پڑ جائیں گے

یا کسی ذہنی دباؤ کا شکار ہو جائیں گے لیکن اگر یہ بلند ہے تو اس بات کا زیادہ امکان ہے کہ ہم

صحت مند، تروتازہ اور ہشاش بشاش رہیں گے۔ رگی طریقہ علاج پوری دنیا میں مقبول ہو رہا ہے۔ بے شمار لوگوں نے شدید بیماریوں میں رگی کے معجزاتی شفا یابیوں کا تذکرہ کیا ہے۔

مشائرا سلطان، آدھے سر کا درد، کمر کا شدید درد، ذہنی سکون کی کمی، جسمانی کمزوری وغیرہ۔ سردیوں کے موسم میں نزلہ و زکام کی بیماری عام دیکھنے میں آتی ہے۔ تنفس کی اس بیماری کی کئی وجوہات ہیں۔ سب سے بڑی وجہ مختلف وائرس ہیں جو ہمارے اطراف میں پھیلے ہوئے ہیں۔ یہ وائرس ہمارے دفاعی نظام کو کمزور کر دیتے ہیں۔ جس کی



ہیں۔ ہر وقت بیٹھے رہنے یا بستری میں لیٹے رہنا معزز صحت ہو سکتا ہے۔ اس طرح عضلات گھٹتے گھٹتے ہیں۔ بیماری کی وجہ سے اگر آپ ایک دن بھی بستر پر رہیں تو گھٹاؤ کا یہ عمل تیز ہو جاتا ہے پھر عضلات کو بحال کرنے میں کم از کم دو ہفتے درکار ہوتے ہیں۔ آپ نے دیکھا ہو گا کہ بڑے سے بڑے آپریشنز کے بعد بھی ڈاکٹر حضرات اپنے مریضوں کو واک کرنے کی ترغیب دیتے ہیں، تاکہ جسم میں معمولی سی گردش بھی عضلات کی کارکردگی بحال کر دے۔ بلکہ ورزشیں مثلاً چول قدمی اور یوگا آپ کی بہترین مددگار ورزشیں ہیں انہیں اپنائیے۔

دن میں دو مرتبہ اپنن سے منہ دھولینا کیوں ضروری ہے؟ جلد کے مردہ خلیات کو زائل کرنے، جلد کی گلبداشت اور ماحولیاتی آلودگی کے اثرات ختم کرنے کے لیے صابن کے بجائے اسکرپ استعمال کیا کریں۔ حسن کی افزائش کا تعلق بیرونی گلبداشت سے بھی ہوتا ہے۔ اسکرپ جلد کو گڑبگڑ کر مردہ خلیات ضائع کر کے آپ کے چہرے کو روشن و شاداب کر دیتا ہے اور اس قدر نرم و ملائم کہ آپ خود کو آئینے میں دیکھتی رہ جائیں۔



دن میں دو کپ چائے پینا ہی بہت ہے، مگر دو ہی کیوں؟ از روئے طب آپ دو کپ چائے پی سکتی ہیں مثلاً فل کریم دودھ والی، کم چکنائی والے دودھ کی یا بغیر دودھ کی یا پھر بیز چائے بھی۔ ہر قسم کی چائے آپ کو



کینسر سے محفوظ رکھنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔ ذہنی دباؤ سے پیچھا چھڑانا سیکھیں مگر کیسے...؟

پچھلے چند برسوں سے جہاں معلومات کا ذخیرہ اُمڈ پڑتا ہے، معاشرے میں خود غرضی اور نفسی بھی بڑھ گئی ہے۔ قریبی



رشتہ داروں کے مابین تخیلیاں اور دوریاں بڑھنے لگی ہیں۔ ظاہر ہے کہ ان منفی خیالات کا اثر آپ کی شخصیت، مزاج اور پھر

صحت پر بھی پڑتا ہے، صرف دس منٹ خود کو روزانہ دین اور اس ذہنی دباؤ کو کم کرنے کی کوئی ٹیکنیک ڈھونڈیں۔ خود کو بد قسمت اور ناکام شخصیت نہ سمجھیں اپنے اندر اعتماد پیدا کریں کہ آپ بہت کچھ کر سکتے ہیں۔

عبادت کی جگہ.....

عبادت ہم مسلمانوں کے لیے روحانی ترقی کا ذریعہ ہے۔ ہم نماز کی ادائیگی کے ذریعے اپنی طبعیاتی صحت کی بحالی اور روحانی قوتوں کو بیدار کر کے لہتی لواتھڑے لگاتے ہیں۔ نماز ہمارے جسم میں کیمیائی تبدیلیاں اور جسم میں پلک پیدا کرتی ہے۔ ہمیں پر امید بناتی ہے اور ذہنی طور پر مایوس اور تھکان کے حامل افراد نماز کی ادائیگی کے بعد مطمئن اور خوش رہتے ہیں۔

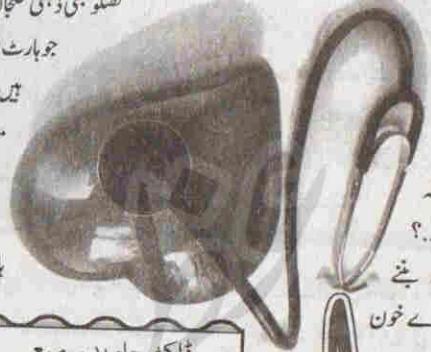
عمر و وقت کی مانند ہے جو آگے بڑھے گی، رک جانا تو موت کی علامت ہے۔ آپ زندہ ہیں تو بڑھتے ہوئے وقت کے ساتھ ساتھ زندگی کی ہر ضرورت اور تقاضے کو سمجھیں، روزانہ نہیں اور اگر ممکن ہو تو دن میں دو مرتبہ نہیں اور ہر پار جسم کو کسی اچھے موٹو سچر ائزر کے ساتھ نم کریں، مساج کریں اور خود کو تازہ کر لیں۔



(اگر شستہ سے پیوستہ)

ہارٹ ایک ایک انتہائی خوفناک، اور ابتدائی طور پر

کرنے والی ادویات سے علاج بالخصوص مختصر عرصہ کے لیے اگر ہو تو موثر اثاقت پیدا کر سکتا ہے۔ ایسے لوگوں سے گفتگو بھی ذہنی خلجان اور خوف کو کم کرتی ہے، جو ہارٹ ایک سے گزر چکے ہوتے ہیں۔ اس طرح مریض کو معاملہ سمجھنے اور ذہنی طور پر حالات کا مقابلہ کرنے میں مدد ملتی ہے۔ جب ہارٹ ایک سے دوچار ہونے والے افراد اپنے خوف اور اندیشوں پر گفتگو کرتے ہیں تو ایک جیسے متعدد مسائل سامنے آتے ہیں اور ایک نفسیاتی سہارا ملتا ہے۔ ایک فوری مشکل ہسپتال سے واپسی پر باہر کی زندگی سے ہم آہنگی پیدا کرنا ہے۔ ہسپتال میں مریض پر آلات کی مدد سے مسلسل نظر رکھی جاتی ہے۔ وہاں مریض کو تحفظ کا ایک احساس میسر ہوتا ہے۔ چنانچہ کچھ مریض ہسپتال سے واپس آنے کو غیر محفوظ سمجھتے ہیں۔ کچھ مریض اس کا اظہار اپنی روزمرہ واک کو یقینی بنا کر کرتے ہیں۔ ہسپتال سے واپس

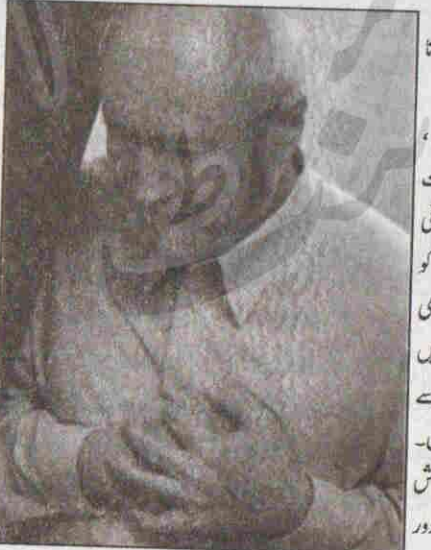


ڈاکٹر جاوید سمیع

ایک اذیت ناک تجربہ ہوتا ہے۔ بہت سے مریض بالخصوص جسمانی طور پر خود کو مستعد رکھنے والے افراد خود سے سوال کرتے ہیں کہ ان کے ساتھ ایسا کیوں ہوا...؟

ہارٹ ایک کا سبب بننے والے بہت سے محرکات ہمارے خون میں شامل ہوتے ہیں ان کو تبدیل نہیں کیا جاسکتا۔ اس کے بعد ماحول کے اثرات ہوتے ہیں، چنانچہ تمام تر احتیاطی تدابیر کے باوجود کچھ لوگوں کو ہارٹ ایک ہو جاتا ہے۔ طبی ماہرین ڈپریشن، چڑچڑاہٹ، اور خوف (موت کا خوف، حالات میں منفی تبدیلیوں کے خوف) کو ہارٹ ایک کے عمومی اسباب میں شمار کرتے ہیں اور یہ اسباب آسانی سے سمجھ میں بھی آتے ہیں۔ چنانچہ معمولی سکون بخش ادویات اور ڈپریشن دور

دل کا معاملہ ہتھکنک ہوتا ہے



لبے اور موٹے
لوگوں میں دل
کے دورے
کے امکانات
زیادہ ہوسکتے ہیں!

ان لوگوں کے خون میں لو تھڑے جتنے کا عارضہ لاحق ہونے کا امکان نسبتاً دو گنا ہوتا ہے۔

لبے قد اور موٹاپے کا شکار افراد میں دل کے دورے اور شریان پھٹنے کے امکان زیادہ ہوتے ہیں۔ ان لوگوں کے خون میں لو تھڑے جتنے کا عارضہ لاحق ہونے کا امکان بھی دو گنا ہوتا ہے کیونکہ لمبی ناگلوں میں خون کے لو تھڑے جتنے کے امکانات کم لمبی ناگلوں کی نسبت زیادہ ہوتا ہے۔ اس بیماری کو اصطلاحی زبان میں ”وی ٹی ای“ کا نام دیا گیا ہے، جو لبے اور موٹے افراد میں زیادہ لوٹ کی گئی ہے۔



ناروے کے پروفیسر سیکریڈ ہارکان نے اپنی اس تحقیق میں بتایا ہے کہ عورتوں میں یہ امکان کم ہے مگر لمبی اور فریبہ خواتین میں اس امکان کو رد نہیں کیا جاسکتا۔ انہوں نے کہا کہ لبے جوڑے جسم میں دل کو خون پمپ کرنے میں زیادہ زور لگانا پڑتا ہے اور اگر موٹا یا بڑھ جائے تو پھر شریانیں مزید تنگ ہو کر خون کے بہاؤ کے لیے دل کو مزید طاقت لگانے پر مجبور کرتی ہیں۔ اگر ایسا نہ ہو تو خون میں لو تھڑے جتنے لگتے ہیں، جس سے شریانوں کے پھٹنے سمیت دل کا عارضہ بھی لاحق ہو جاتا ہے۔

ایکسر سائز کے دوران مریض کی کیفیت دیکھ کر اندازہ لگایا جاتا ہے کہ وہ بتدریج کب تک معمول کی فعال سرگرمیوں کی طرف آسکتے ہیں۔ مریضوں کی اکثریت بہت جلد اس قابل ہو جاتی ہے۔ ایکسر سائز ٹیسٹ مریض کو بے پناہ خود اعتمادی بخشتے ہیں اور انہیں ورزش کا وہ معمول میسر آجاتا ہے جس پر وہ دل کو نقصان پہنچائے بغیر ورزش کر سکتے ہیں۔

ایک کے بعد دل تندرست ہونے میں تھوڑا سا وقت لیتا ہے۔ اس دوران دل کے جس متاثرہ حصہ کی وجہ سے ایک ہوا ہوتا ہے اس پر زخم مندمل ہونے جیسا لیکن سخت تہہ والا نشان بن جاتا ہے۔ گھر میں آنے کے ایک ماہ بعد زیادہ تر مریض بڑی آسانی سے ایک کلومیٹر تک واگ کر لیتے ہیں۔

واگنگ ایک ایسی متوازن سرگرمی ہے جس میں جسم کے بڑے پٹھے استعمال ہوتے ہیں۔ اس طرح کی سرگرمیوں میں تیراکی اور جوگنگ شامل ہیں۔ ہارٹ ایکٹ کا سامنا کرنے والے بہت سے مریض کامیابی کے ساتھ میرا تھن ریسن مکمل کر لیتے ہیں۔ تینوں اقسام کی ورزشوں سے فٹنس بڑھتی ہے۔ ایسی کیفیت جس میں پٹھے آسکین کا استعمال مستعدی سے کریں اس میں دل کا بوجھ کم ہوتا

بعد آنے والی معذوری کی شدت (یا مقدار) کا انحصار ان کی بیماری سے زیادہ ان کے رویے پر ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ ان کی شخصیت سماجی ماحول اور خاندانی تعلقات پر ہوتا ہے۔

ایکسر سائز: کچھ عرصہ پہلے تک ہارٹ ایکٹ کے مریض کو تین ہفتوں تک بستر پر چرت پڑے رہنے کے



لیے اور بعد ازاں چھ ہفتوں تک ہسپتال میں رکھنے کے لیے کہا جاتا تھا۔ لیکن گزشتہ پندرہ بیس سالوں میں طبی ترقی نظر میں بہت سی تبدیلیاں آچکی ہیں اور اب ڈاکٹروں کی کوشش ہوتی ہے کہ مریض جلد از جلد معمول کی فعال زندگی کی طرف پلٹ آئے۔ ای سی جی کے ذریعے

ہوئے بے اشتناکی کا مظاہرہ کرتی ہیں۔ ہمارے معاشرے میں البتہ ایسی خواتین کی زیادہ تعداد ہے جو انتہائی ذمہ داری اور محبت کا اظہار کر کے اپنے خاوند کو خصوصی رویے کا مستحق قرار دیتی ہیں۔ ان کی نگہداشت اور تیمارداری میں کوئی کسر نہیں اٹھا رکھتیں۔ ہسپتال سے واپس آنے کے بعد اگر مریض کو مناسب توجہ اور تیمارداری نہ ملے تو وہ اعصاب اور ایوی کا شکار ہو جاتا ہے۔

اب تو ترقی یافتہ ممالک میں ہسپتالوں کا عملہ مریضوں کی بحالی صحت کے لیے ان کے شوہروں یا بیویوں کو بھی برابر شریک کرنے لگا ہے۔ ڈاکٹر مریض کے ساتھ ساتھ لواحقین کو بھی بیماری سے متعلقہ معاملات میں گفتگو میں شامل کرتا ہے اور مریض کو اپنی بحالی کے لیے اپنی مدد آپ کے کام میں مدد دینے کی حوصلہ افزائی کرتا ہے۔

مریض کا اپنا رویہ، اس کا انداز فکر اور شخصیت بیماری میں افادہ پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ یہ محرکات دل کی بیماری کے معاملہ میں بھی اسی قدر موثر ہوتے ہیں بلکہ کسی مریض کی بقا اور جسمانی بحالی پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ وہ زندگی کے انداز (معیار) کا تعین کرنے میں بھی اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ ان افراد کے علاوہ جن کے دل بہت بری طرح متاثر ہوتے ہیں سبھی مریضوں میں ہارٹ ایکٹ کے

آتے ہوئے یہ یاد رکھنا چاہیے کہ طبی نگہداشت کا تعلق براہ راست کسی پیچیدگی کے امکانات سے ہوتا ہے۔ لیکن جوں جوں وقت گزرتا جاتا ہے یہ امکانات بہت کم ہوتے جاتے ہیں۔ ہر گزرنے والے دن کے بعد یہ امکان کم ہو جاتا ہے کہ کوئی سنگین صورتحال جنم لے گی۔

عدم تحفظ اور انہیت کا احساس بعض اوقات ان مریضوں میں کم ہوتا ہے جن کا علاج ہارٹ ایکٹ کے بعد گھر ہی میں کیا جاتا ہے۔ وہاں بیماری کو بڑی آسانی کے ساتھ معمول کی زندگی میں شامل کی جاسکتا ہے۔ ہسپتال میں مریض کی حیثیت سے رہنا، انتہائی نگہداشت میں اور دیگر بنیادی اور قریبی دیکھ بھال کے لیے بھی دوسروں پر انحصار کرنا اور پھر اس کے بعد ایک دفعہ پھر خود بخاری حاصل کرنا بعض اوقات مشکل پیدا کر دیتے ہیں۔

جب کوئی فرد ہسپتال میں رہنے کے بعد گھر آتا ہے تو کچھ گھرانوں میں اسے ناخوشگوار صورتحال کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ کچھ بیویاں شوہروں سے نالاں ہوتی ہیں کہ انہوں نے لاپرواہہ کر اپنی صحت برباد کر لی ہے اور خواہ مخواہ ایک ناپسندیدہ صورتحال پیدا کر لی گئی ہے۔ کچھ بیویاں خاوندوں کی بیماری میں خود کو قصور وار سمجھنے لگتی ہیں۔ لیکن کچھ بیویاں تو ہارٹ ایکٹ کے واقعہ کو نظر انداز کرتے

حضرت محمد عظیم بر خیا

فرماتے ہیں کہ:

”شک شیطان کا سب سے بڑا ہتھیار ہے جس کے ذریعے آدم زاد کو اپنی روح سے دُور کر دیتا ہے“

مراقبہ ہال سانگھڑ

نگراں مراقبہ ہال: شوکت علی

مکان نمبر 51/262، نزد نورانی مسجد، سانگھڑ

پوسٹ کوڈ 68100 فون: 0235-541150

ہے۔ جسمانی طور پر فٹ ہونے سے ذہنی کیفیت بھی بہتر ہوتی ہے۔ شدید قسم کی ورزشیں یا جسمانی کارکردگی مثلاً سکوائش کھیلنا دل پر بے تحاشہ دباؤ ڈالتے ہیں، اس لیے ان سے پرہیز کرنا ہی بہتر ہے۔ ایسے کام جن میں ہماری انسانی محنت درکار ہو ان کی طرف واقعی بہت احتیاط کے ساتھ اور بتدریج ہونا چاہیے۔ مثلاً پہلے انہیں جڑوقتی مصروفیت کے طور پر اپنایا جائے۔

امکانات کیسے ہیں؟: یہ کہنا بہر حال حماقت ہو گا کہ اگر کسی کو ایک ہارٹ ایک ہو چکا ہے تو اسے دوسرا ایک ہونے کا خطرہ نہیں۔ پہلے ایک کا مطلب ہوتا ہے کہ دل کی تاجی شریانوں میں نقص ہے۔ ان شریانوں کے نقص یا عارضہ کو فروغ پانے سے روک دیا جائے یا ان نقص یا عارضہ کو ختم کر دیا جائے تو دوسرے ایک کے امکانات وقت کے ساتھ ساتھ کم ہوتے جاتے ہیں۔ پہلے

امکانات کیسے ہیں؟: یہ کہنا بہر حال حماقت ہو گا کہ اگر کسی کو ایک ہارٹ ایک ہو چکا ہے تو اسے دوسرا ایک ہونے کا خطرہ نہیں۔ پہلے ایک کا مطلب ہوتا ہے کہ دل کی تاجی شریانوں میں نقص ہے۔ ان شریانوں کے نقص یا عارضہ کو فروغ پانے سے روک دیا جائے یا ان نقص یا عارضہ کو ختم کر دیا جائے تو دوسرے ایک کے امکانات وقت کے ساتھ ساتھ کم ہوتے جاتے ہیں۔ پہلے

(حباری ہے)

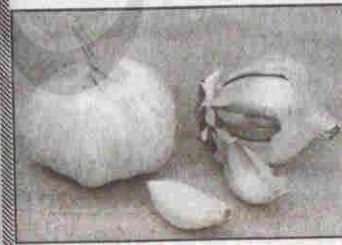


لبسن! امراض قلب سے بچاؤ کے لیے مؤثر

حالیہ تحقیق میں ماہرین نے انکشاف کیا ہے کہ لبسن ذیابیطس کے مریضوں میں دل کے امراض کے خطرات کم کرنے میں انتہائی موثر ثابت ہوا ہے۔ لبسن کا تیل دل کے امراض کی ایک قسم کارڈیومیائیو پیتھی سے حفاظت کرتا ہے، یہ

بیماری ان افراد میں پائی جاتی ہے جو ذیابیطس کے مرض میں مبتلا ہوتے ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ لبسن دل کے امراض سے محفوظ رکھنے میں انتہائی فائدہ مند ہے، اور ذیابیطس کے مریضوں کو اس کا خاص طور سے استعمال کرنا چاہیے۔ رلیسرچ میں بتایا گیا ہے کہ ذیابیطس کے مریضوں میں ہائی بلڈ شوگر کیوں کنٹرول کرنے میں لبسن اہم کردار ادا کرتا ہے۔ ذیابیطس کے دوران کارڈیومیائیو پیتھی کی

بیماری زیادہ مہلک شکل اختیار کر لیتی ہے اور اس سے دل کے عضلات نہ صرف کمزور ہو جاتے ہیں بلکہ وہ سوجنا بھی شروع ہو جاتے ہیں۔ لبسن سے بلڈ شوگر کے لیول میں کمی آتی ہے۔ ماہرین نے کہا ہے کہ کھانوں میں کم لبسن استعمال کرنے کی بجائے ذیابیطس کے مریضوں کو لبسن کا تیل خاص طور پر استعمال کروانا چاہیے تاکہ اس سے ان کے دل کے عضلات مضبوط ہو سکیں اور دل کے امراض سے موت واقع ہونے کا خطرہ بھی کم ہو۔



موسم سرما اپنے شباب پر ہے۔ سچ پوچھیے تو
یہی موسم ہمارے جسم کے لیے
سب سے زیادہ صبر آزما ہوتا ہے۔
موسم کی تبدیلی صحت کے لئے کئی
مسائل پیدا کرتی ہے۔ ان میں سر
فہرست نزلہ و زکام ہیں۔ حرارت
کی کمی کے نتیجے میں نزلہ، زکام کے وائرس
ہم پر حملہ آور ہوتے ہیں۔ نزلہ، زکام، سانس
کی نالی کے بالائی حصے میں وائرس سرایت
کر جانے کی وجہ سے لاحق ہوتا ہے۔
ماہرین صحت کے مطابق اوسطاً ہر
شخص سال میں دو سے تین مرتبہ اس میں مبتلا
ہوتا ہے۔ اس کی معیاد تین دن سے دس دن تک
بتائی جاتی ہے۔ پہلے دو تین دن تو مریش اپنے آپ کو بڑا ہی
بے بس محسوس کرتا ہے۔

نزلہ و زکام کے
وائرس ناک و حلق کی نرم
جھلیوں میں اپنے قدم صرف اس وقت
جما سکتے ہیں، جبکہ یہ جھلیاں صحت مند نہ ہوں۔
نزلہ کے سبب میں سب سے اہم بات یہ ہے کہ جب
یہ جھلیاں کمزور ہو جاتی ہیں تو ان میں وائرس آسانی سے
داخل ہو جاتا ہے۔

نزلہ، زکام، انسانی جسم میں متناسد مادوں کے احسار کا سادہ ترین ذریعہ ہے۔
اس میں مبتلا رہنے کی معیاد کا انحصار جسم میں جمع شدہ ان مادوں کی مقدار اور ان
کے احسار ہونے کی رفتار پر ہوتا ہے۔ سستے اور آسان گھسریلو علاج اس کی معیاد کو کم
کر سکتے ہیں۔ مثلاً ایک گلاس گرم پانی میں ایک عدد لیموں کا رس اور ایک چمچ
شہد ملا کر پینے سے نزلہ، زکام میں امتداد ہوتا ہے، لہن کا شورب بھی اس مقصد کے
لیے مفید بتایا جاتا ہے۔

جنوری ۲۰۱۲ء

Courtesy www.pdfbooksfree.pk

141

حضور قلندر بابا اولیاءؒ

کی تعلیمات رہنمائی کرتی ہے کہ:

آختری الہامی کتاب قرآن انسان کے لیے
ایک طرف روحانی ورثہ ہے اور دوسری
طرف ماورائی علوم کی ایسی دستاویز ہے جس
میں چھوٹی سے چھوٹی اور بڑی سے بڑی بات کو
وضاحت کے ساتھ بیان کر دیا گیا ہے۔

مرقبہ بال مظفر آباد (برائے خواتین)

نگراں: تنویر اختر گیلانی

معرفت سنگم ہوٹل، مظفر آباد، آزاد کشمیر۔

پوسٹ کوڈ: 13100

ایک مرتبہ یہ جھیلیاں متاثر ہو جائیں اور ان کو ضرر پہنچ جائے تو وائرس اس کے اندر داخل ہو جاتا ہے پھر ان جھیلیوں میں یکے بعد دیگرے تبدیلیاں واقع ہونا شروع ہوجاتی ہیں۔ ان جھیلیوں کی سرخ رنگیں جب سکڑتی ہیں تو ان میں خون کا دورانیہ گھٹ جاتا ہے۔ جھیلیوں کی بالائی سطح کے غلیظت میں قوت مدافعت کم ہوجاتی ہے اور مریض کی ناک بہنا شروع ہوجاتی ہے۔ اس وقت تک ان جھیلیوں کو اس قدر نقصان پہنچ جاتا ہے کہ عام جراثیم بھی ان پر حملہ کرنا شروع کردیتے ہیں، یوں باقاعدہ انفیکشن ہو جاتا ہے۔

زلزلہ زکام کی سب سے عام وجہ تو اس کا وائرس ہے کہ کسی بھی ایسے آدمی سے سابقہ پڑ جائے جس کو زلزلہ ہو رہا ہے تو اس کے قریب آنے والے شخص کو بھی زلزلہ لگ جائے گا۔ جب بھی زلزلہ کا کوئی مریض چھینکتا ہے تو اس کی چھینک کے ساتھ ماحول کی فضا وائرس سے آلودہ ہوجاتی ہے۔ اس پاس والے لوگ جب سانس لیتے ہیں تو یہ وائرس بھی ان کی سانس کے ساتھ اندر چلا جاتا ہے۔ یہ بات دلچسپ ہے کہ زلزلہ کے مریض کی چھینکوں سے نکلے ہوئے نم آلود تھوٹے قطرے بالعموم نظر نہیں آتے مگر یہ ہوا میں تیرتے رہتے ہیں اور وائرس کو ایک شخص سے دوسرے شخص تک پہنچاتے رہتے ہیں۔

زلزلہ منتقل ہونے کا دوسرا ذریعہ غذا ہے۔ جس غذا کو زلزلہ کے مریض نے ہاتھ لگایا، اس کو جب کوئی دوسرا فرد ہاتھ لگائے تو اس کو بھی یہ وائرس متاثر کرے گا۔

زلزلہ کا وائرس تالیہ پر بھی ہوتا ہے۔ کھانے کے برتنوں پر بھی اور ہر اس چیز پر جسے زلزلہ کے کسی مریض نے ہاتھ لگایا ہے۔

جس شخص کو زلزلہ ہو گیا ہے، اس کو چاہیے کہ وہ اس ضمن میں اتنی ضرور احتیاط کرے کہ کھانے اور چھینکنے وقت دھال کا استعمال کرے اور ایسی چیزوں کو ہاتھ نہ

لگائے جو دوسرے بھی استعمال کرتے ہیں۔

زلزلہ زکام پہلے تین روز میں متعدی ہوتا ہے۔ اس دوران ہی اس کا مریض اکثر چھینکتا، کھانستا اور کھٹکھارتا ہے، چنانچہ سب سے زیادہ امکان اس بات کا ہے کہ زلزلہ زکام کا وائرس کسی دوسرے شخص میں منتقل ہو کر اسے بھی زلزلہ میں مبتلا کر دے۔

جس شخص کو زلزلہ زکام ہو رہا ہو، اس کے لیے شروع کے تین دن میں لازم ہے کہ وہ عام لوگوں سے دور رہے بلکہ بہتر تو یہ ہے کہ گھر میں بستر پر آرام کرے اور جب بھی چھینکے یا کھانے کو ناک اور منہ کو رومال سے ڈھک لے۔ ایک تندرست آدمی زلزلہ کے وائرس کی زد میں آنے کے باوجود بھی اپنی صحت کو برقرار رکھ سکتا ہے۔

لیکن پھر بھی بہت سے عوامل ایسے ہیں، جن سے قوت مدافعت کم ہوجاتی ہے۔ سب سے اول تو تھکن ہے کہ کوئی بھی شخص مشقت یا بے خوابی کی وجہ سے تھکا ہوا ہو تو جسم کی قوت مدافعت کم ہوجاتی ہے اور انفیکشن کا امکان بڑھ جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ طلبہ میں امتحانات کے زمانے میں زلزلہ زکام کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ اسی طرح رات میں کام کرنے والوں کو زلزلہ زکام زیادہ ہوتا ہے یہ نسبت ان افراد کے وجود میں یا بہتر اوقات و حالات میں کام کرتے ہیں۔ کھانے میں بے اعتدالی سے بھی قوت مدافعت کم ہوجاتی ہے، جو لوگ زیادہ کھاتے ہیں ان کے اعضائے ہاضمہ کو زیادہ خون کی ضرورت ہوتی ہے، اس کا نتیجہ ہوتا ہے کہ ناک اور حلق کی جھیلیوں میں خون کی گردش کم ہوجاتی ہے اور یہ جھیلیاں کمزور پڑ جاتی ہیں جن پر وائرس یا آسانی حملہ آور ہو کر زلزلہ میں مبتلا کر دیتا ہے۔

زلزلہ زکام سے تحفظ کے لیے مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کرنا ضروری ہے۔ خصوصاً یہ ان افراد کے لیے نہایت مفید ہیں جن کو اکثر اوقات زلزلہ، زکام رہتا ہے۔

غذا میں ایک پیالی دودھ روزانہ، ایک سبز پتوں والی ترکاری، گاجر یا زرد شلغم، ایک کچی سبزی مثلاً سلاد، ایک نارنگی یا چکوترو یا ٹماٹر اور ایک چمچ مچھلی کا تیل استعمال کیے جائیں۔ یہ اندازہ لگایا گیا ہے کہ جو لوگ وٹامن سی سے بھرپور پھل نارنگی، لیموں مالٹے، چکوترو وغیرہ کھاتے ہیں ان کو زلزلے کا امکان کم ہوتا ہے۔ وٹامن سی، سیب، آڑو اور ناشپاتی میں بھی ہوتا ہے۔ یہ بات قابل ذکر ہے کہ وٹامن سی ان مچھلوں کے چھلکوں کے بالکل نیچے ہوتی ہے۔ گوشت، مچھلی، انڈے کا استعمال اور جسمانی ورزش بھی زلزلہ سے تحفظ میں مفید ہے۔ ورزش کھلی فضا میں کرنی چاہیے۔ ورزش سے تمام اعضائے جسم کے نشوز میں خون کی گردش تیز ہوجاتی ہے۔

ورزش سے مراد تیز قدموں سے صبح کی سیر ہے، جو ایک گھنٹہ کی جائے۔ ضعیف العمر اور امراض قلب میں مبتلا افراد اس قدر ورزش کرنے سے قبل اپنے معالج سے ضرور مشورہ کر لیں۔

روزانہ مناسب آرام کریں۔ جو بچے اور جوان آٹھ گھنٹے سوتے ہیں ان میں زلزلہ زکام کا امکان کم ہوتا ہے۔ آپ جب بھی گرم کمرہ میں داخل ہوں تو اپنا کوٹ اور سوئٹز اتار دیں۔ جب باہر ٹھنڈ میں نکلیں تو پھر اچھی طرح کپڑے پہن لیں تاکہ جسم تیزی سے ٹھنڈا نہ ہو جائے۔ جب بھی آپ کے جوتے یا کپڑے پانی میں جھیک جائیں تو ان کو فوراً تبدیل کر کے خشک کپڑے، جوتے پہن لیں۔ یہ انتہائی ضروری ہے کہ آپ اپنے پاؤں کو گرم رکھیں، بالخصوص سرد موسم میں جرابیں اور بند جوتے پہن لیں۔ اپنی ناک سے سانس لیں۔ قدرت نے ناک کے

نشوز کو اس طرح ترتیب دیا ہے کہ جب بھی ہوا سانس کے ساتھ ناک میں سے گزرتی ہے تو پچھپھڑوں تک پہنچنے سے قبل گرم ہوجاتی ہے اس کے برعکس جب سرد ہوا کو منہ

کے راستے اندر لیا جائے تو پچھپھڑوں کے نشوز میں خراشیں پڑ جاتی ہیں۔ چنانچہ منہ سے سانس لینا درست نہیں۔ جب بھی آپ سرد موسم میں باہر نکلیں تو رومال سے اپنی ناک کو ڈھانپ لیں۔ اس ترکیب سے ناک کی جھیلیوں کو موقع مل جاتا ہے اور وہ سرد ہوا سے نمٹنے کے لیے خود کو تیار کر لیتی ہیں۔

تقریباً دس بارہ گلاس پانی روزانہ پئیں۔ جو لوگ روزانہ غسل کرتے ہیں ان کو بھی زلزلہ زکام سے تحفظ ملتا ہے۔ ایسے افراد جن کا تھائیرائیڈ گلیٹنڈ صحیح کام نہیں کرتا انہیں زلزلہ اور دیگر امراض میں مبتلا ہونے کا شدید امکان ہے۔

مندرجہ بالا ہدایات پر عمل کرنے سے یہ تو نہیں کہا جاسکتا کہ آپ کو کبھی بھی زلزلہ زکام نہیں ہوگا مگر یہ ضرور ہے کہ اس کے امکانات گھٹ جائیں گے۔



عظیمی کی ہوم ڈیوری اسکیم

عظیمی کی مصنوعات مثلاً وزن کم کرنے کے لیے مہزلین ہربل نیبلٹیٹ، سن ریز ہربل شیمپو، شہد، بالوں کے لیے ہربل آئل، رنگ گورا کرنے والی ہربل کریم شین سم اور دیگر مصنوعات کراچی میں ہوم ڈیوری اسکیم کے تحت گھر بیٹھے حاصل کی جاسکتی ہیں۔

مطلوبہ اشیاء منگوانے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے:

021-36604127

گٹکے کا بڑھتا ہوا استعمال

مہلک بیمار یوں کا
موجب بن رہا ہے...

گٹکے کی فروخت پر سخت پابندی نہ ہونے کی وجہ سے
اوپن مارکیٹ میں کھلے عام فروخت کیے جا رہے ہیں۔

گٹکا کھانے والوں
کی تعداد دن بہ
دن بڑھتی
جا رہی ہے۔ اس
کا استعمال بڑھنے
سے کینسر کے
امراض میں
اضافہ ہو رہا
ہے۔ خصوصاً منہ



کے کینسر کے مریضوں کی تعداد بڑھ رہی ہے۔ اس پر قابو
پانے کے لیے گٹکے کی فروخت روکنے کی ضرورت ہے۔

گٹکے کی فروخت پر سخت پابندی نہ ہونے کی وجہ سے
اوپن مارکیٹ میں کھلے عام فروخت کیے جا رہے ہیں چنانچہ
گٹکا کھانے والوں کی تعداد دن بہ دن بڑھتی جا رہی ہے۔ اس
کا استعمال بڑھنے سے خصوصاً منہ کے کینسر کے مریضوں کی
تعداد بڑھ رہی ہے۔

گٹکا کھانے

والے افراد میں پہلے منہ جلنے لگتا ہے، اس
کے بعد منہ کا کھلنا بند ہو جاتا ہے۔ آخری مرحلہ یہ ہے کہ
مریض اپنا منہ کھول نہیں سکتا ہے۔ کینسر انتہائی خطرناک

ایک سو صدی میں صحت کا اولین دشمن ہے تمباکو،
یہ موت سے قریب کرتا ہے۔ تمباکو دھواں دینے والا
سگریٹ، بیڑی ہو سکتی ہے یا دھواں نہ دینے والا گٹکا بھی۔
دنیا میں ہونے والی اموات کا زیادہ تناسب ان اشیاء کے
استعمال کرنے والوں کا ہے۔ تمباکو سے تیار کرنے والی اشیاء
پا پے کوئی بھی ہو ان کا استعمال صحت کی خرابی کی وجہ بنتا

ہے۔ عموماً یہ کہا
جاتا ہے کہ پان
اور گٹکا، حقہ یا
سگریٹ سے
زیادہ نقصان دہ
نہیں ہے، لیکن
حقیقت یہ ہے
کہ یہ سگریٹ
سے زیادہ

خطرناک ہیں۔ گٹکا ایک ہرٹل مکچر ہے جس میں تمباکو،
چونا، چھالیہ اور کھٹا استعمال کیا جاتا ہے۔ گٹکا ہمارے ہاں

خصوصاً شہروں میں چھوٹے بڑوں کی کیمیاں
پسند بن چکا ہے۔ قدیم حکماء اس کو اعصابی
تناؤ، ڈپریشن اور تھکاوٹ کے لیے تجویز
کرتے تھے لیکن موجودہ دور میں اسے عادتاً
اور نشہ کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ -
اس کے بڑے اثرات تھوڑے عرصہ کے

استعمال سے ظاہر ہونے لگتے ہیں۔ بچپن
سے اگر یہ عادت پڑ جائے تو جوانی تک بچنے سے پہلے
ہی ایسا فرد بوڑھا ہو جاتا ہے۔ اس کے جسم کا ہر حصہ کمزور
ہو کر بیماریوں کو دعوت دینے لگتا ہے۔

Hospitality is our tradition



SANGAM
HOTEL



Muzaffarabad Azad Kashmir
Ph: 05822-444194, 05822-444195
Fax: 05822-442587

P
A
R
A
D
I
S
E
O
N
E
A
R
T
H

فرح دیبا

خشک موسم میں انسانی جلد خشکی کا شکار ہو جاتی ہے، جس سے چہرے کے خدو خال میں کھنچاؤ کی سی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے اور جلد پھٹنے لگتی ہے۔ چہرے کے علاوہ ہاتھوں کی جلد بھی بری طرح متاثر ہوتی ہے۔ بعض مرتبہ چہرے کے علاوہ پورے بدن پر جلدی بیماریاں ظاہر ہونے لگتی ہیں۔ جن سے بچاؤ کے لیے مختلف قسم کے طریقہ علاج آزمائے جاتے ہیں۔

حرق گلاب

ایسے گھریلو خواتین جن کے ہاتھوں کی انگلیاں، کپڑے اور برتن دھونے والے صابن سے کھر دہی ہو کر پھٹ جاتی ہیں اور ان میں زخم بن جاتے ہیں، گلیسرین اور عرق گلاب روزانہ تین چار مرتبہ استعمال کیا کرے تو اس مسئلے سے بچا جاسکتا ہے۔ سردیوں میں اکثر مرد و خواتین کی ایدیاں پھٹ جاتی ہیں، اگر وہ عرق گلاب اور گلیسرین کا میکسر لگائیں تو یہ مسئلہ ہمیشہ کے لیے حل ہو جائے گا۔

آپ کے حسن کا محافظ

سردیوں کے دوران انسانی جلد بالخصوص عورتوں اور بچوں کی جلد جو عوارض لاحق ہوتے ہیں، عرق گلاب ان کے لیے موثر دوا کام کرتا ہے۔ یہاں ہم عرق گلاب کے بہت سے فائدوں میں سے چند تحریر کر رہے ہیں۔

✽ عرق گلاب جلد کی قوت بڑھاتا ہے۔ یہ جلد میں پانی کی صحیح مقدار قائم رکھنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے،

جس کی وجہ سے جلد ملائم، چمکدار اور عوارض ہوتی ہے۔

✽ عرق گلاب، جلد سے پانی

کے ضرورت سے زیادہ

اخراج کو روکتا ہے۔

ایسے خواتین و حضرات

چٹوری ۲۰۱۲ء

کردیتا ہے جس سے آہستہ آہستہ پٹائی کمزور ہو جاتی ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ گلے کے زیادہ استعمال سے سینے میں درد ہوتا ہے، اس کی وجہ سے دل کی دھڑکن غیر متوازن ہو جاتی ہے۔

گلے کے استعمال سے کارڈیک اے رتھیما (Cardiac Arrhythmia) کا مسئلہ لاحق ہو جاتا ہے جس سے دل کی دھڑکن اور نبض بے ترتیب رہتی ہے۔ یہی صورت حال اگر مسلسل قائم رہے تو دل کے مہلک امراض جنم لیتے ہیں، جن میں ہارٹ ایک اور بلڈ پریشر وغیرہ سرفہرست ہیں۔ معدے کے امراض میں پیٹ درد، بھوک کی کمی، ڈائریا اور قے کی عام طور پر گٹکا کے استعمال کرنے والوں کو شکایت رہتی ہے۔ یہ معدے کے مسائل وقتی طور پر بھی ہوتے ہیں جبکہ بعض افراد میں عمر بھر کا روگ بن جاتے ہیں۔

گلے سے نفسیاتی مسائل بھی بہت زیادہ پیدا ہوتے ہیں۔ جن میں بے خوابی (Insomnia) اور ڈپریشن قابل ذکر ہیں۔ جبکہ سانس کے امراض میں دمہ (Asthma) جیسی بیماری لاحق ہو سکتی ہے۔ علاوہ ازیں اس نشہ کی عادت دیگر نشہ جات کی طرح کئی مسائل کا پیش خیمہ ثابت ہوتی ہے۔ گلے کے مضر اثرات سے محفوظ رہنے کا واحد طریقہ یہ ہے کہ اس کا استعمال ترک کر دیا جائے۔ کیونکہ صحت قدرت کا انمول تحفہ ہے اور اس کی حفاظت ہم خود ہی کر سکتے ہیں۔



درخت لگائیے
صحت بنائیے
سکون پائیے

بیماری ہے۔ جسم کے جس حصے میں کینسر ہوتا ہے، اس حصے کو جسم سے کاٹ کر الگ کر دیا جاتا ہے۔ اگر زبان پر کینسر ہو تو اس کو، گال میں کینسر ہو تو اسے یا پھر ہونٹوں کو کاٹ دیا جاتا ہے۔ ایسے مریضوں کی تصاویر دیکھنے کی ہر ایک میں ہمت بھی نہیں ہوتی۔

منہ کے کینسر کی علامات درج ذیل ہیں۔

✽.... منہ میں سفید دھبے پڑ جانا۔

✽.... منہ میں پھالے جو دو ہفتوں تک کم نہ ہوں۔

✽.... منہ میں زخم۔

اس کے علاوہ بھی گلے کے اور بھی بہت سے نقصانات ہیں، مثلاً گلے کا ایک بڑا حملہ معدے، منہ اور خوراک کی نالی پر ہوتا ہے۔ کیونکہ اسے کئی گھنٹے منہ اور معدے میں رہنا ہوتا ہے۔ اس میں موجود مضر کیمیکلز معدے میں تیزابیت اور بھوک کی کمی، کاباعث بنتے ہیں۔ گٹکا کھانے سے دانت بری طرح متاثر ہوتے ہیں۔ جبکہ موٹو بھی خراب ہو کر کچھ عرصہ بعد پھول جاتے ہیں۔ اس کے استعمال سے دل کے امراض بھی پیدا ہو سکتے ہیں کیونکہ اس میں موجود کیمیکلز کارڈیو وینیکولر سسٹم کو بری طرح متاثر کرتے ہیں۔

گلے کے استعمال سے سستی، مدہوشی اور متنی کی شکایت عام دیکھنے میں آتی ہے۔ بعض افراد تو گٹکا کھانے کی وجہ سے مستقل طور پر اعصابی تناؤ کا شکار رہنے لگتے ہیں۔

گلے کے عادی افراد آہستہ آہستہ اس کی مقدار بڑھاتے جاتے ہیں اور اس کے بغیر ان کے لیے کوئی بھی کام کرنا ممکن نہیں رہتا۔ وہ جب تک گٹکا استعمال نہ کریں ان کا سر چکر اتا ہے اور شدید درد بھی رہتا ہے۔ گلے کے مسلسل استعمال سے آنکھوں کی پٹائی پر شدید اثر پڑتا ہے اور اس کے ضائع ہونے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے، کیونکہ اس میں موجود تہا کو اور چونا (Vision cells) کو کمزور

جنہیں زیادہ پسینہ آتا ہے، عرق گلاب کا استعمال انہیں پسینے کی بدبو سے نجات دلاتا ہے۔

سردیوں میں ہماری جلد بہت زیادہ خشک ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے جلدی امراض مثلاً ایکزیما لاحق ہو جاتا ہے، عرق گلاب اس بیماری سے بچاتا ہے۔

سردیوں میں بچوں کے چہرے پر سفید اور کھردرے نشان بن جاتے ہیں۔ یہ نشان اکثر جلدی بیماری کے سبب ظاہر ہوتے ہیں، عرق گلاب کے مسلسل استعمال سے تا صرف اس مرض کا علاج ممکن ہے بلکہ اس مرض کی روک تھام کے لیے یہی قدرتی دوا سستی اور موثر ترین ثابت ہوتی ہے۔ بہت سے ڈاکٹر عرق گلاب اور گلیسرین ملا کر بچوں کے چہرے اور جسم پر لگانے کی بہایت کرتے ہیں۔

گلیسرینوں میں کام کرنے والے مزدور، مسزئی، وغیرہ ایسے لوگ ہیں جنہیں ہیپنٹ اور ایکزیما سے المی ہو جاتی ہے۔ ان کی جلد سرخ اور سخت ہو کر پھٹنے لگتی ہے۔ جبکہ ہاتھ پاؤں بھی پھٹ جاتے ہیں، جس کی وجہ سے وہ کام نہیں کر سکتے۔ اس کے لیے عرق گلاب میں گلیسرین کی آمیزش کر کے انہیں دوائی کی طرح استعمال کرایا جاتا ہے۔

بچائیوں سے نجات اور جلد کی رنگت میں نکھار پیدا کرنے کے لیے جلدی امراض کے اکثر ماہر ڈاکٹر ز عرق گلاب کو ترجیح دیتے ہیں۔ تیز ڈاکڑوں کا یہ مشورہ بھی ہوتا ہے کہ چہرے کی خشکی اور جھریوں سے بچنے اور رنگت گوری کرنے کے لیے عرق گلاب میں گلیسرین ملا کر استعمال کی جائے تو مطلوبہ نتائج برآمد ہوں گے۔

گھریلو خواتین جن کے ہاتھوں کی انگلیاں کپڑے اور برتن دھونے والے صابن سے کھردری ہو کر پھٹ جاتی ہیں اور ان میں زخم بن جاتے ہیں، ایسی خواتین گلیسرین اور عرق گلاب روزانہ تین چار مرتبہ استعمال کریں تو اس

سکے سے بچا جاسکتا ہے۔

سردیوں میں اکثر مرد و خواتین کی ایزیاں پھٹنے لگتی ہیں، اگر وہ عرق گلاب اور گلیسرین کا کچھ رنگیں تو ان کا یہ مسئلہ حل ہو جائے گا۔

عرق گلاب، زہنون اور شہد کے ساتھ مل کر جلد اور معدہ کی حفاظت کرتا ہے۔ خصوصاً صرف عرق گلاب کے پینے سے قبض دور ہو جاتا ہے اور انتڑیوں کو جراثیم سے پاک و صاف بھی کر دیتا ہے۔

عرق گلاب جلدی امراض کے علاوہ انسان کے ہر عضو کے لیے کارآمد دوا کی حیثیت رکھتا ہے۔ برصیر کے قدیم طبی ماہرین عرق گلاب کو آنکھوں کے لیے مفید بتاتے آئے ہیں لیکن آج ماہر لیبائی آلودگی کے زمانے میں اس کا استعمال تاگزیر محسوس ہوتا ہے۔ گرد غبار اور دھوئیں کے مضر اثرات سے بچنے کے لیے آنکھوں میں خالص عرق گلاب کے چند قطرے ڈال لینے سے آنکھوں کی صفائی ہو جاتی ہے۔ عرق گلاب آنکھوں کو صاف سترار رکھ کر جراثیم سے محفوظ کر دیتا ہے۔ آشوب چشم میں عرق گلاب کے چند قطرے ایک سستی اور موثر دوا ثابت ہوتے ہیں۔ عرق گلاب آنکھوں کا ایک ایسا محافظ ثابت ہوا ہے جس سے نام صرف بصارت تیز ہوتی ہے بلکہ آنکھوں میں چمک بھی پیدا ہوتی ہے اور آنکھوں کا گدلا پن دور ہو جاتا ہے۔ کپیوٹر پر کام کرنے والے افراد روزانہ عرق گلاب کے چند قطرے آنکھوں میں ڈال لیا کریں تو ان کی آنکھیں مضر اثرات سے بچ سکتی ہیں۔

عرق گلاب جلد کی قوت مدافعت میں اضافہ کرتا ہے اور جلد کی گٹی تہوں میں پانی کی مقدار قائم رکھنے کے لیے بھی مددگار ثابت ہوتا ہے۔ عرق گلاب سے روزانہ چہرہ دھویا جائے تو جلد ملائم، چمکدار اور صحت مند رہتی ہے۔ عرق گلاب پانی کے غیر معمولی اخراج کو بھی روکتا ہے۔

نہانے کے پانی میں چند قطرے عرق گلاب کے شامل کر لیے جائیں تو اس سے جلد معطر ہو جاتی ہے۔

عرق گلاب دل اور دماغ کے لیے ایک معنوی اور راحت آمیز دوا ہے۔ کمزور دل اور دماغ کو توانا اور چست کر دیتا ہے۔ ہمارے ہاں شہر نشین اور اعصابی و دماغی وجہ سے اکثر لوگ سکون آور ادویات کا استعمال کر رہے ہیں جس کی وجہ سے ان کے معمولات زندگی بالکل بول کر رو گئے ہیں۔ اگر عرق گلاب، شہد اور اسپتھول کو اپنی خوراک کا حصہ بنایا جائے تو ان تمام عوارض سے حفاظت ہو سکتی ہے۔ ذہنی اور اعصابی دباؤ میں جکلا لوگوں کے لیے یہ قدرتی اشیاء نکتہ کیسا۔ حیثیت ہوتی ہیں۔ یہ اعصاب کو مضبوط اور ذہن کو تازہ کرتی ہیں۔

تین چالیس سال پہلے جب معنوی اور کیمیائی کا سمیکس کارخانہ نہیں تھا، تو خواتین اپنے چہرے کی دکھائی کے لیے قدرتی اجزاء سے چہرہ کی کوئی اشیاء ہی استعمال کرتی تھیں، یوں ان کی صحت و تندرستی اور حسن و شادابی بالکل نوجوانوں کی طرح برقرار رہتی تھی۔ قدرتی اشیاء اور جزی بوٹیوں کے استعمال سے ان کا چہرہ شفاف اور تروتازہ رہتا تھا۔ ایسی خواتین حسن زیبائش کے لیے اور خصوصاً جلدی امراض سے بچنے کے لیے گلاب کا عرق اور لیٹوں کا رس استعمال کیا کرتی تھیں۔ آج جدید طب نے بھی ان دونوں چیزوں کو دکھائی اور جلد کی صحت کا امین قرار دیا۔

جدید سائنس نے یہ ثابت کیا ہے کہ خوشبو سے علاج تو خمین میں عرق گلاب اثر انگیزی میں سب سے نمایاں ہے، کیونکہ اس کے سونگھنے سے گرمی کا سر درد محسوس میں رفع ہو جاتا ہے اور دماغی خشکان سے نجات مل جاتی ہے۔ گلاب یا عرق گلاب سونگھنے سے دماغ اور دل کو تقویت ملتی ہے۔ بعض اطباء کا تو یہ خیال ہے کہ جس انسان کا دماغ

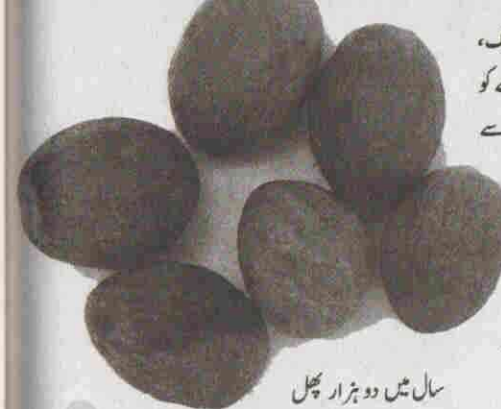
کمزور اور مزاج گرم ہو تو وہ بطور علاج عرق گلاب سونگھا کریں۔ صرف یہی نہیں بلکہ یہ سستی دور کر کے بدن میں چستی پیدا کر دیتا ہے۔

اطباء کا کہنا ہے کہ کان میں درد ہو تو عرق گلاب کے دو قطرے کان میں ڈالنے سے درد میں کمی ہو سکتی ہے جبکہ کثیر بند ہو جاتی ہے۔

عرق گلاب ایک خوشبو دہاؤ والا اور شروب ہے۔ سخت گرمیوں میں دو چھ شہد ایک گلاس پانی میں گھول کر اس میں چند قطرے عرق گلاب کے ملا لیے جائیں تو یہ ایک فرحت بخش شروب بن جاتا ہے۔ اس سے بدن کی گرمی دور ہو جاتی ہے اور یہ گرمی کی شدت سے بھی بچاتا ہے۔ عرق گلاب کے چند قطرے شروبات میں ملانے سے فرحت اور تازگی کا احساس ہوتا ہے مگر جب اسے ٹھنڈے کھانوں خصوصاً ایک، پکڑنا، فرنی وغیرہ میں استعمال کیا جائے تو اس کا ذائقہ آپ کو ایک نئی لذت سے آشنا کر دے گا۔

عرق گلاب دانتوں اور منہ کی بیماریوں میں جکلا لوگوں کے لیے نہایت سستی اور بر اثر دوا ہے۔ ہمارے ہاں اکثر لوگوں کو سوزدھوں کی بیماریاں لاحق ہو جاتی ہیں۔ عرق گلاب کی یہ خصوصیت ہے کہ اگر اسے پیاجائے تو یہ بطور دوا بھر پور اثرات رکھتا ہے اور معدہ کے قبض اور قیض کو دور کرتا ہے۔ طبیعت کے بھاری پن اور بد چینی کو ختم کر دیتا ہے۔ اس کے استعمال سے منہ میں پانی آتا بھی بند ہو جاتا ہے جبکہ عرق گلاب کو دانتوں اور سوزدھوں کے امراض کے لیے استعمال کیا جائے تو ان کے کئی امراض خصوصاً دانتوں کا درد اور بدبو ختم کر کے رکھ دیتا ہے۔ عرق گلاب چند قطرے پانی میں ڈال کر کلیاں کی جائیں تو سوزدھوں سے خون آنا بند ہو جاتا ہے۔

جائفل کسی بھی میٹھی ڈش مثلاً پڈنگ، کسٹرڈ، کوکیز، کیک اور کبیر کی خوشبو کے ساتھ مزے کو بھی بڑھا دیتی ہے۔ اس کو بنیئر کے ساتھ ملا کر انڈوں سے بنی ہوئی چیزوں کے ساتھ استعمال کرنے سے ان کے مزے میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ جائفل کو مختلف بزیوں مثلاً مین، گو بھی، پالک اور روکلی میں بھی شامل کیا جاتا ہے۔ جائفل کے درخت سے ہمیں صرف جائفل ہی نہیں بلکہ جائفل کے ساتھ ساتھ جاوتری بھی حاصل ہوتی ہے۔



سال میں دو ہزار پھل

چھٹی صدی میں عرب تاجر جائفل کا پودا قسطنطنیہ سے لے کر آئے تھے۔ اس کے بعد ہالینڈ کے لوگوں نے جائفل کی پیداوار کو اپنے کنٹرول میں کرنے کے لیے ایک جنگ شروع کر دی جس میں ہزاروں افراد ہلاک ہوئے جبکہ بہت سے لوگوں کو غلام بنایا گیا۔ ایسٹ انڈیا کمپنی جائفل کو انڈیا، سری لنکا، ویسٹ انڈیز، سنگاپور اور گرینیڈا میں لائی۔

جائفل

موٹاپے کو ختم کرتی ہے، بھوک میں اضافہ کرتی ہے، اسہال، متلی اور اٹھی کے لیے بھی فائدہ مند ہے۔

جب جائفل کا درخت اپنے پورے شباب پر ہوتا ہے تو اس پر موجود موٹے لمبے انڈے کی شکل کے پتے اور چھوٹے چھوٹے گھنٹیوں کی شکل کے پیلے پھل اس کو ایک ایسی جداگانہ خوشبو دیتے ہیں جو اس کو سب سے منفرد بنا دیتی ہے۔ یہ درخت گرم و مرطوب آب و ہوا میں پروان چڑھتا ہے۔

جائفل کے درخت میں تقریباً پانچ سال کے عرصے میں پھول نکلتے ہیں اور اسے مکمل طور پر تیار ہونے کے لیے 15 سال کا عرصہ لگ جاتا ہے۔ ایک مرتبہ تیار ہونے کے بعد یہ 50 سال تک پھل دیتا ہے۔ جائفل کا ایک درخت

سال میں دو ہزار پھل دیتا ہے۔ اس کے پیلے پھل بالکل خوبانی کی طرح لگتے ہیں۔ جب ہم اس کو خستہ ہونے کے بعد توڑتے ہیں تو بیج اس میں سے نکل جاتا ہے۔

جائفل کے بیج کو جلال رنگ کی چیز گھیرے رہتی ہے Arillo کہلاتی ہے۔ جو کہ جائفل بنانے کا ذریعہ بنتی ہے۔ بیج جب اندر سے آواز دینے لگتا ہے تو اس کا مطلب ہے پھل مکمل طور پر سوکھ گیا ہے، اس کو سوکھنے کے لیے تقریباً دو مہینے کا وقت لگتا ہے۔ دوسرے نمبر کی کو اٹھی کے جائفل کا تیل نکال کر پر فیوم میں استعمال کیا جاتا ہے۔ جائفل کو لوگ،

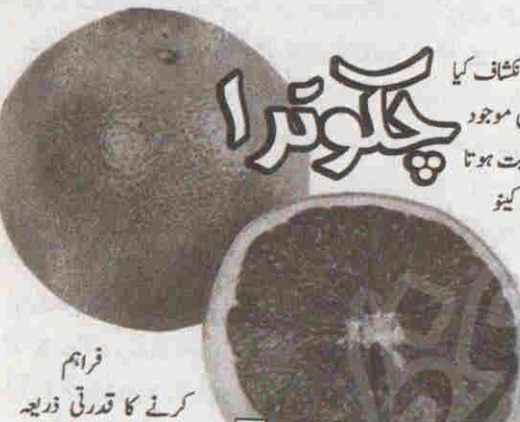
سوختہ اور حمرل کے ساتھ مساوی مقدار میں تلوں کے تیل میں پکا کر ملنا جوڑوں کے درد کے لیے بے حد مفید ہے۔ جائفل کو اگر مناسب مقدار میں استعمال کیا جائے تو یہ موٹاپے کو ختم کرتی ہے، اس کے علاوہ یہ بھوک میں اضافہ کرتی ہے، اسہال، متلی اور اٹھی کے لیے بھی فائدہ مند ہے۔



دکان کا نمبر

چکوترا

طبی ماہرین نے مسلسل تجربات کے بعد انکشاف کیا ہے کہ سٹرس فروٹ (Citrus Fruit) میں موجود تیزابیت کا عنصر بڑھاپے کے خلاف ڈھال ثابت ہوتا ہے۔ ان پھلوں میں انٹاس، کیٹون، نارنگی، مالٹا، کیٹو اور چکوترا شامل ہیں۔



فراہم کرنے کا قدرتی ذریعہ

ہیں۔ ماہرین کے مطابق ہر کھانے کے بعد چکوترا کے

Fruit of Life

رس استعمال کرنے والے افراد اپنا وزن کم کرنے میں کامیاب رہتے ہیں۔ دراصل جو ہار موٹو جسم میں موٹاپے کے باعث بنتے ہیں، چکوترا ان کے خلاف مزاحمت پیدا کر کے جسم میں موجود زائد چربی کو گھٹانے اور وزن کو متوازن رکھنے میں معاونت کرتا ہے۔ یہ درست ہے کہ کم چکنائی کی حامل غذا میں امراض قلب کے خلاف جسم کا دفاع کر سکتی ہیں لیکن اس حوالے سے چکوترا جیسے وٹامن سی سے بھرپور پھل کی اہمیت بھی اپنی جگہ مسلمہ

اس ضمن میں رسیلہ پھل چکوترا یعنی ”گرپ فروٹ“ کا ذکر بڑی اہمیت کا حامل ہے کیونکہ اس پھل کے رس میں ایسی معدنیات، نمکیات اور وٹامن کا ذخیرہ محفوظ ہے جو انسانی جسم کے خلیاتی نظام کی توڑ پھوڑ کے عمل کو محدود کر دیتا ہے۔ چکوترا کے کھارے پن میں ایسے دوست بیٹھیر یا پائے جاتے ہیں جو نظام ہضم کو نقصان

تو اٹھائی سے بھر پور پھل

چکوترا وٹامن سی، گلوکوز اور وٹامن بی سے بھرپور ہوتا ہے۔ یہ قدرتی اجزاء ہماری جلد کے بیرونی سطح کو شفاف، صحت مند اور داغ دھبوں سے محفوظ رکھتے ہیں۔ کھانے کے بعد چکوترا کے کارسے استعمال کرنے والے افراد اپنا زائد وزن کم کرنے میں کامیاب رہتے ہیں۔

پہچاننے والے جراثیم کو روکتے ہیں۔ ایک درمیانی سائز کے چکوترا میں اٹھارہ ملی گرام (18mg) فاسفورس شامل ہوتا ہے۔ جو ہڈیوں کے لئے بہت مفید ہے۔

چکوترا کے کارس اور گودا تو فائدہ مند ہے ہی، لیکن اس کے چھلکے بھی نزلہ، زکام اور موسمی امراض سے تحفظ

ہے، کیونکہ وٹامن سی جسم کو مختلف وائرس (Viruses) سے محفوظ فرما کر رہتا ہے، خون کی روانی کو معتدل رکھتا ہے اور خون کی شریانوں اور پھلوں پر رنج ہونے والی ستر صحت چکنائی کو بتدریج تحلیل کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔

ریبلے اور ترش پھلوں کا سب سے اہم جز "اسکاربک ایسڈ" (Ascorbic Acid) ہے جو جسم کے پھلوں، عسلقات اور بڑوں کی افزائش کے اعتبار سے

نہایت اہمیت کا حامل ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ یہ ایسڈ تکیدی (آکسائیڈیشن) مادوں کا خاتمہ کرتا ہے۔ مائع تکید ہونے کی وجہ سے یہ جسم حملہ آور ہونے والے جراثیموں کا خاتمہ کرتا ہے۔ "اسکاربک ایسڈ" (Ascorbic Acid) کی خاص قدر کی انسانی جسم کو ہر روز ضرورت ہوتی ہے۔

ایک اندازے کے مطابق میلانے سائز کے ایک سنگترے یا ٹوٹے میں 107 فیصد وٹامن سی موجود ہوتا ہے۔ جس کے تجزیے سے معلوم ہوتا ہے کہ وٹامن سی کی نصف سے زائد مقدار اسکاربک ایسڈ (Ascorbic Acid) پر مشتمل ہوتی ہے، جسے معمولی ذرہ بھی تیار کیا جاتا ہے۔

اسکاربک ایسڈ (Ascorbic Acid) سے تیار کیات جلد کی خارش کے علاج کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔

کینسر کے خلاف ایک ڈھال

ماہرین غذائیت کے مطابق ایک گلاس چکوترے کا خون کو نامصرف بتدریج صاف کرنے کی مصلحت رکھتا

ہے بلکہ اس میں موجود چربی لے مادوں کو توڑ کر خون کو گاڑھے پین سے محفوظ رکھتا ہے۔

یہی وجہ ہے کہ چکوترے کارس اور گودا سرطان کے خلاف ڈھال کا کام کرتا ہے۔

ویسے تو تقریباً تمام اقسام کے پھل اور سبزیاں پیاریاں کے خلاف قوت مدافعت فراہم کرتی ہیں۔ لیکن چکوترے کے حقیقی تحقیق سے

ثابت ہوا ہے کہ یہ ریبلے پھل سرطان کے خلیوں کی افزائش پر اثر انداز ہونے کی مصلحت رکھتا ہے۔ محض آدھے چکوترے میں 60 فیصد حرارے اور 6 گرام قافیہ ہوتا ہے۔

چکوترے پاپا، سگریٹ اور دیگر نشہ آور اشیاء کے شوقین افراد کو ٹکوئین سمیت دیگر ستر صحت اجزاء کے تصادم اثرات سے محفوظ رکھتا ہے۔ اس پھل کے استعمال سے نشے کی طلب میں کمی دیکھنے میں آتی ہے۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ اگر نشے کے عادی مریض روزانہ چکوترے یا سنگترے کے رس کا دوا مقدار میں استعمال شروع کر دیں، تو نشے کی طلب میں اتار خود کمی ہونے لگے گی۔ روزانہ کھانے کے بعد چکوترے کا استعمال خون میں ٹکوئین کی مقدار کو کم کرنے کا باعث بنتا ہے۔ یہ تو سب ہی جانتے ہیں کہ خون میں ٹکوئین کی مقدار ستر صحت ہوتی ہے۔ قدرت نے اس کا علاج چکوترے کی صورت میں پیدا کیا ہے۔ چکوترے کا پاپا رس نکال کر پیا جائے یا گودا کھایا جائے، یہ دونوں صورتوں میں بے حد مفید ہے۔

چکوترا گلوکوز کے حصول کا

ذریعہ

چکوترا اپنے اندر توانائی کا بھرپور خزانہ رکھتا ہے اور اس خزانے میں گلوکوز بھی شامل ہے۔ گلوکوز انسانی صحت کے لیے بہت اہم جز ہے۔

چکوترے میں پائے جانے والے وٹامن سی، گلوکوز اور وٹامن بی کی دوا مقدار جلد کی بیرونی سطح کو شفاف، صحت مند اور داغ دھبوں سے محفوظ رکھتی ہے۔ اگر صبح نہار منہ اچھے قسم کے چکوترے کی پھاٹکوں پر پٹی ہوئی سیاہ مرچ چمڑک کر کھائی جائے تو بھوک میں اضافہ ہوتا ہے۔ اس کے رس میں شہد ملا کر پینے سے جسمانی کمزوری کا خاتمہ کیا جاسکتا ہے۔ روزانہ چکوترا کھانے سے زیادہ بہتر نتائج سامنے آتے ہیں۔ صحت مند خون چہرے سے نمایاں ہوتا ہے۔ یہ کہا جاسکتا ہے کہ تندرستی کے تمام ذرائع چکوترے کی غذائیت میں چھپے ہیں۔

ماہرین غذائیت کے مطابق چکوترے میں موجود اجزاء Flavonoids کا کردار بہت اہم ہے۔ یہ مختلف جراثیموں کے خلاف بروئے پیکار ہوتے ہوئے قوت مدافعت بڑھاتا ہے۔ ستر کو لیشرول کو متوازن رکھنے ہوئے مکند دل کے دوروں سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ یہ جسم میں گلوکوز کی مقدار کو اعتدال سے بڑھنے نہیں دیتا اور اس طرح ذیابیطس کے مرض میں مبتلا افراد کی آنکھوں میں موتیا اترنے کے عمل کو بھی روکتا ہے۔

چکوترے میں وٹامن سی کے علاوہ پوٹاشیم بھی خوب پایا جاتا ہے۔ اس کے استعمال سے بلڈ پریشر متوازن رہتا ہے۔ چکوترے کے استعمال سے نیند بھی خوب اچھی آتی ہے اور پرسکون نیند انسانی صحت پر مثبت اثرات مرتب کرتی ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق چکوترے کارس پرسکون نیند حاصل کرنے کا بہترین ٹانک ہے۔

جنوری ۲۰۱۲ء

روزانہ صحت

صحت کے حوالے سے چکوترے کے فائدے لاتعداد ہیں۔ اس کا باقاعدہ استعمال جسم کی اضافی چربی ختم کر کے آپ کے وزن کو متوازن رکھتا ہے۔ اس میں موجود مخصوص اجزاء جنہیں Phytochemicals کہا جاتا ہے، کی موجودگی انسان کو زیادہ عرصے تک جوان اور توانا رکھتی ہے۔

چکوترا اور دانتوں کا علاج

چکوترا دانتوں اور مسوڑھوں کی بیماریوں کے خاتمے کے لیے ایک قدرتی نعمت ہے۔ طبی ماہرین کے مطابق چکوترا مسوڑھوں اور دانتوں کی کئی بیماریوں سے بچانے میں معاون ہے۔ اس میں موجود وٹامن سی خون رستے مسوڑھوں کو درست کرتا ہے۔ اس کے اینٹی آکسیڈنٹ اثرات مسوڑھوں کو جلد از جلد ٹھیک کرنے میں معاونت کرتے ہیں۔ ماہرین کے مطابق مسوڑھوں کے امراض میں مبتلا لوگ اگر دو ہفتوں تک دو عدد چکوترے روز کھائیں تو اس سے ان کے دانتوں سے خون بہنا ختم ہو جاتا ہے۔

واضح رہے کہ مسوڑھوں کی بیماریوں کی وجہ سے بعض افراد کئی دانتوں سے محروم ہو جاتے ہیں۔ چکوترے استعمال کرنے والے افراد دانتوں اور مسوڑھوں کے امراض سے محفوظ رہتے ہیں۔ پیٹ کی اکثر بیماریاں دانتوں کے امراض سے ہوتی ہیں۔

حسن کی نگہداشت کے لیے

چکوترے میں شامل اجزاء ہماری صحت کے لیے تو اہم ہیں ہی، ساتھ حسن کے لیے بھی ان کی افادیت بہت زیادہ ہے۔ چکوترے کے چھلکوں کا سنوف تیار کر کے اس کے رس میں ملائیں۔ حساس جلد کی صورت میں کچھ مقدار گلیسرین کی بھی شامل کر لیں، روزانہ رات کو سوتے وقت چہرے پر اس آمیزے کا لپ کریں اور صبح ٹھنڈے پانی سے چہرے کو دھو لیں، یہ آمیزہ چند ہفتوں تک استعمال

کرنے سے جلد پر تازگی لوٹ آتی ہے۔

خواتین روزمرہ کی خوراک میں چکوترے کا استعمال ضرور رکھیں۔ چکوترے کے چھلکوں سے ایسے مرہ جات تیار کیے جاتے ہیں جو خصوصاً مسمر افراد، بچوں اور مریضوں کو ٹھنڈے موسم کے مسمر اثرات سے محفوظ رکھتے ہیں۔ چونکہ چکوترے کے استعمال سے بلڈ پریشر متوازن رہتا ہے اور نیند بھی خوب اچھی آتی ہے اور نیند حسن و صحت کے لیے بہت ضروری ہے۔ پرسکون اور متوازن نیند لینے

والی خواتین صحت اور حسن کی مالک ہوتی ہیں۔ لہذا چکوترے کو اپنی روزمرہ کی غذا میں ضرور شامل رکھیے، یہ توانائی سے بھرپور پھل بہت کم مدت کے لیے آتا ہے اور جلد ہی غائب ہو جاتا ہے۔ لہذا جب تک چکوترے دستیاب ہیں، انہیں استعمال کریں کیونکہ یہ بے حد مفید پھل ہے۔ چکوترے کی اسی اہمیت و افادیت کے باعث مغربی دنیا میں اسے ”فروٹ آف لائف“ بھی کہا جانے لگا ہے۔



ایسی مہلکی چیز بن جن سے دانت مضبوط ہوسکتے ہیں!

عموماً والدین اپنے بچوں کو میٹھا اور تانیاں کھلانا اس لیے پسند نہیں کرتے کہ ان میٹھی چیزوں سے ان کے دانت جلد خراب ہو جاتے ہیں، لیکن قدرت نے ہمارے لیے کچھ ایسی ”مٹھائیاں“ بنائی ہیں جو ہمارے دانتوں کو خراب کرنے کے بجائے مضبوط کرتی ہیں۔ ان میں سے ایک ”قدرتی وٹھ“ کھجور اور دوسری کشمش ہے۔ اگر آپ خوش ذائقہ کھجوروں کا استعمال معمول بنائیں تو دانتوں کی بہت سی خرابیوں سے بچ سکتے ہیں۔ کھجور میں ایک ایسا مادہ ہوتا ہے جو دانت کے اوپر موجود حقائقہ اینٹل (Enamel) کی بھی نہیں جسنے دیتلے یہ پھل فلورین ہے۔ یہ اسی قسم کا مادہ ہے جو ٹوٹھ استعمال ہوتا ہے۔ فلورائیڈ دانتوں علاوہ انہیں جلد خراب ہونے سے مضبوط کرنے والے اجزاء ہوتے ہیں۔

میں دانتوں کے لیے ضرور ساں جراثیم کا قلع قمع کرتے ہیں اور انہیں دانتوں پر چپکنے سے روکتے ہیں۔ کشمش اور کھجور سے ہمیں ایسے ریشے، وٹامنز، اینٹی آکسڈنٹ اور معدنیات بھی ملتے ہیں جو نایاب، کینڈی اور سوئیس میں نہیں ہوتے۔ ان میں آئرن کی بھی بھرپور مقدار ہوتی ہے جس سے خون کی کمی پوری ہو سکتی ہے۔ ان میں موجود وٹمنوں کی وجہ سے قبض کی شکایت دور ہوتی ہے جبکہ شامل گلوکوز اور فروکٹوز سے جسم کو قوری توانائی ملتی ہے۔ جو لوگ

اینا وزن بڑھانے کے خواہش مند ہیں انہیں کھجور اور کشمش پر توجہ دینی چاہیے

جن کی ایک اضافی خوبی یہ ہے کہ یہ خون میں کو لیسٹریل کی سطح نہیں بڑھاتے۔ کھجور اور کشمش دانتوں کی صحت کے لیے یقیناً مفید ہیں لیکن اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ یہ چیزیں استعمال کرتے ہوئے آپ دانتوں کی صفائی کو غیر ضروری سمجھنے لگیں۔



تل کا استعمال ہمارے ہاں صدیوں سے ہو رہا ہے۔ سردیوں میں گزار تل سے بنے لٹو، ریوڑیاں اور گزک بکثرت استعمال کی جاتی ہیں۔ ریوڑیاں اور گزک، گز اور چینی سے بنتی ہیں، جن پر تل چڑھائے جاتے ہیں۔ تل، بطور غذا استعمال اور بطور دوا بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

تل انگریزی میں Sesamum Indicum اور فارسی زبان طب میں

”کنجد“ کہلاتا ہے۔ تل سفید اور سیاہ رنگ کے بیج ہوتے ہیں۔ رنگ کے امتیاز کے باعث انہیں سفید اور سیاہ لکھا جاتا ہے۔ کالے تلوں کے مقابلے میں سفید

تل بہتر اور زیادہ استعمال ہوتے ہیں۔ دنیا کے بیشتر ممالک میں تل کا پودا پایا

جاتا ہے۔ امریکہ، چین، اٹلی، جاپان، ہندوستان اور پاکستان میں

یہ بہت زیادہ پائے جاتے ہیں۔ دسی

اودیہ میں ان کا تیل صدیوں سے استعمال ہو رہا ہے۔ نیز، تلوں کا تیل بنگال میں بھی استعمال ہوتا

ہے۔ اس تیل کی ایک اہم خصوصیت یہ ہے کہ یہ عرصہ دراز تک خراب نہیں ہوتا۔ تلوں میں تقریباً

چچاس سے ساٹھ فیصد تیل پایا جاتا ہے، جو غیر سیر شدہ ہوتا ہے۔ اس میں وٹامن ای، وٹامن بی،

وٹامن ٹی ٹی کے علاوہ کیروٹین بھی موجود ہوتا ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق تلوں میں لحمیات 22

فیصد، کاربوہائیڈریٹ 18 فیصد، نشاستہ 4 فیصد اور دیگر اجزاء اعداداً یہ آٹھ فیصد موجود ہیں۔

تلوں میں پروٹین اور روغن کے علاوہ دیگر اہم معدنی نمکیات بھی پائے جاتے ہیں، جو 48 فیصد کے قریب

ہیں۔ ان میں کیشیم، میگنیشیم، فولاد، ایلو منیم، تانبا، نکل اور

تل

دماغی کام کرنے والوں کے لیے ٹانگ کا درجہ رکھتی ہے۔

سوڈیم شامل ہیں۔ تل میں کیشیم سے

زیادہ پایا جاتا ہے۔ تل میں ایک

فاسفورس آمیز چکنائی بھی پائی جاتی ہے، جو جسمانی

طاقات اور اعصابی تقویت کے لیے اہم ہے۔

انسانی دماغ اور غدود کی صحت کا انحصار اس فاسفورس آمیز چکنائی پر ہے۔ تل میں موجود یہ

فاسفورس آمیز چکنائی ایسی نہیں کہلاتی ہے۔

تل کی ایک اور اہم خوبی یہ ہے کہ اس میں دھاتوں کا تناسب بھی باکمال ہے۔ جس دھات کی جسم کو زیادہ ضرورت ہوتی ہے، وہ زیادہ مقدار

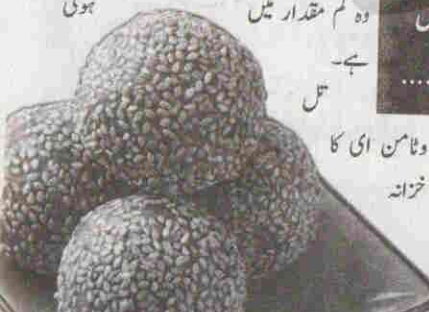
میں موجود ہوتی ہے اور جس کی ضرورت کم ہو، وہ کم مقدار میں

ہوتی ہے۔

تل

اس میں موجود وٹامنز سے حملہ بردھاریاں نہیں پڑتیں...

وٹامن ای کا خزانہ



الحق قلندربابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

دوستوں اور رشتہ داروں کے دکھ درد

میں شریک ہو کر ان کے غم کو اپنا

سمجھ کر ان کا غم غلط کرنے کی کوشش

کیں۔ اس لیے کہ آدمی آدمی کی دوا ہے۔

مراقبہ ہال مظفر آباد

نگراں مراقبہ ہال: طاہر رشید

فون: 0300-5111133

معرفت سنگم بوٹل۔ مظفر آباد، آزاد کشمیر۔

ہے۔ یہ وہاں انہیں نسل میں مدد دیتے ہیں اور جلد کو
 بوڑھا نہیں ہونے دیتے۔ ان کی موجودگی سے جلد پر
 جھریاں نہیں پڑتیں۔ تل میں ایسے کیپائی مرکبات بھی
 موجود ہیں، جو انسانی جسم کی خشک وریخت کے عمل کے
 شکار انسان کے لیے خصوصی تحفہ ہے۔ خصوصاً وہ لوگ،
 جو ذہنی اور عصبی تناؤ کے باعث ڈپریشن کا شکار رہتے ہیں،
 انہیں قدرت کی عطا کردہ اس نعمت سے موسم سرما میں
 بھر پور استفادہ کرنا چاہیے۔

طب مشرق میں تل اور اس کا تیل صدیوں سے
 مستعمل ہے۔ موسم سرما میں عموماً بچوں کو پیشاب کی شکایت
 ہو جاتی ہے، بعض بچے رات کو بستر میں پیشاب کر دیتے ہیں۔
 آدھا چمچ روزانہ تلوں کے تیل کا استعمال انہیں مرض سے
 نجات دلا سکتا ہے۔ عمر رسیدہ لوگ اعصابی کمزوری کے باعث
 موسم سرما میں بار بار پیشاب کے حادثے میں مبتلا ہو جاتے
 ہیں۔ تل کا استعمال ان کے اعصاب کو طاقت بخش کر اس
 تکلیف سے نجات کا ذریعہ بنتا ہے۔

تل کے شیرے کو پانی میں چھان کر استعمال کرنا
 معدے کی جلن میں بہت مفید ہے۔ اس سے معدے کی
 تڑپ ختم ہوتی ہے۔ بلکہ بخنے ہوئے تلوں کو ہبز دھینے،
 پودینے، سبز مرچ، لہسن اور بخنے ہوئے سفید زیرے اور
 نمک میں پیس لیں، پھر لیموں کا رس ملا کر نہایت لذیذ اور
 تقویت بخش چٹنی تیار کر لیں، جو باجرے، کئی، گندم اور
 چنے کی روٹی کے ساتھ مزہ دیتی ہے۔

تلوں کا استعمال پھیپھڑوں اور کھانسی کے لیے مفید
 ہے، یہ جسم کو فرہ کرتا ہے، جلد کی رنگت کو نکھارتا اور
 خارش کو ختم کرتا ہے۔

جدید تحقیق کے مطابق تلوں میں حیاتین اور پروٹین
 موجود ہوتی ہے۔ یہ دونوں اجزاء جلد ہضم ہونے والے ہیں
 اور ان کے کوئی مضر اثرات بھی نہیں۔

توں کو گوشت کا نم بدل بھی قرار دیا جاتا ہے۔
 تل کے پودے کے پتے اور پھول بھی مفید ہیں۔ اس کے
 پتوں کو بالوں کی مضبوطی اور درازی کے لیے استعمال کیا
 جاتا ہے۔ اس کا طریقہ کار یہ ہے... تازہ پتے لے کر کوٹ
 کر رس نکالیں اور بالوں کی جڑوں میں مل لیا کریں۔ یہ
 عمل بالوں کی سیاہی کو عرصے تک قائم رکھتا ہے۔
 تل میں ایسے کیپائی مرکب ہوتے ہیں، جو نکیر کی
 روک تھام میں مفید ہوتے ہیں۔
 جو لوگ، دماغی کام کرتے ہیں گھیر مسائل کے سبب
 شدید ذہنی اور اعصابی تناؤ کا شکار رہتے ہیں، ان کے لیے
 تلوں کا استعمال نعمت ہے۔ تل زود ہضم ہے۔ ان میں
 لحمیات اتنے زیادہ ہوتے ہیں، جتنے کسی سبزی میں نہیں
 ہوتے۔ نباتاتی علاج کے ایک عالمی ماہر، ڈاکٹر کیلوگ کا کہنا
 ہے کہ تمام نباتاتی غذاؤں میں عمدہ پروٹین مغز کے اندر
 ہوتی ہے۔ تلوں کو بھون کر اس میں تھوڑی مقدار میں شہد
 ملائیں، روزانہ دو سے تین چمچ کھا سکتے ہیں۔ تلوں کو بھون
 کر کھانے سے یہ خراب نہیں ہوتے، بلکہ ان کی عمر بڑھ
 جاتی ہے۔ تل کھانے کے بعد اگر سر کہ یا انار دانہ لے لیا
 جائے تو بہت بہتر ہے۔ سر کہ یا انار دانہ معدے کی کیفیت
 کو تبدیل نہیں کرتا بلکہ معتدل رکھتا ہے۔ یہ حیوانات کے
 گوشت سے بھی زیادہ توانائی بخش ہے۔

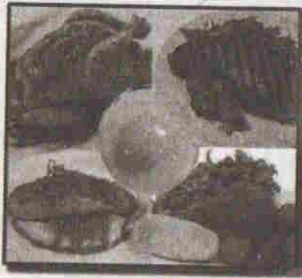
موسم سرما میں مغزیات کا استعمال، جن میں تل بھی
 شامل ہیں، ایک ٹانگ کا درجہ رکھتا ہے۔ خصوصاً طلبہ اور
 دماغی کام کرنے والے اسے ضرور استعمال کریں۔ اس سے
 حافظہ بھی بہتر ہوتا ہے، خون کی کمی جاتی رہتی ہے اور
 اعصاب کو تقویت ملتی ہے۔ اس کے فوائد ہر عمر کے افراد
 کے لیے یکساں ہیں، البتہ وہ لوگ جنہیں ہائی بلڈ پریشر کا
 عارضہ ہو، مغزیات کے استعمال میں احتیاط کریں۔



دائریہ

فلک ناز

لکڑی اور ذرا اچھت سے پھر پرعت نمی ڈشنگ کی یہ ترکیبیں
آپ کے دسترخوان کی رونق میں اضافہ کریں گی۔



بسن کا پانی اتنا ڈالیں کہ وہ گوشت سے
دو انگلی اوپر تک ہو پھر پتلی ڈھانک دیں
اور گوشت کو گھنے دیں۔ تیس منٹ بعد
پتلی کھول کر ڈھکن اٹھا کر بوٹی نکال کر
دیکھیں کہ گوشت گل گیا ہے، اگر گل
گیا ہو اور پانی بھی خشک ہو گیا ہو تو اسے
پانی کے چھینٹے مار کر بھونیں پھر شوربے
بھونتے جائیں۔

عالمگیر قورمہ

شیام: گوشت 500 گرام (ران
)، گھی 250 گرام، نمک حسب ذائقہ،
پاز تین گھنٹی، بسن کے جوئے ایک
پاؤنڈ، دھنیا خشک دھنیا 30 گرام، گرم
سالہ 20 گرام (ثابت)، اورک
20 گرام، دہی 500 گرام، مرچ
حسب ذائقہ۔

اب اس میں دہی کا پانی ڈال دیں،
خشک ہونے پر اس میں پے ہوئے
مسالے اور سرخ مرچ ڈال کر بھونیں
پھر اتنا پانی ڈالیں کہ پسندے گل
جائیں۔ گھنے پر بھونیں۔ جب گل جائیں
اور گھی چھوڑنے لگیں تو اتار لیں
پسندے تیار ہیں۔

امبالوی پسندے

شیام: گوشت 500 گرام، پیاز
125 گرام، بسن ایک پونجی، اورک
30 گرام، سبز الائچی دس عدد، سرخ
مرچ اور نمک حسب ذائقہ، گرم سالہ
پاؤنڈ 120 گرام، گھی 180 گرام، دہی
180 گرام۔

بونگ پائے کی تہاری

شیام: گوشت 300 گرام، ٹلیاں
چار عدد، پائے دو عدد، سرخ مرچ
100 گرام، دھنیا 50 گرام، پیاز
250 گرام، بسن 40 گرام، ہلدی
9 گرام، نمک حسب ذائقہ،
گھی 500 گرام، دہی 500 گرام، آٹا

ترکیب: پیاز لچھے دار کاٹ کر گھی

جناب الشیخ خواجہ
شمس الدین عظیمی نے فرمایا:
”کائنات ایک علم ہے۔ ایسا علم جس کی
بنیاد اور حقیقت سے اللہ نے نوع انسانی کو
واقف کر دیا ہے۔“

مراقبہ ہال حیدر آباد، لطیف آباد (برائے خواتین)

نگر: فیروزہ ندیم

C/48 کلیم پیس، بلاک E، لطیف آباد 8،

حیدر آباد۔ پوسٹ کوڈ 71800

فون: 0313-3320095

70 گرام، اورک 20 گرام، ہری مرچ 50 گرام، گرم مسالہ 10 گرام، لیوں 6 عدد۔

ترکیب: ایک پتیلی میں پانی ڈال کر پائے لگانے کے لیے رکھ دیں۔ گوشت لیوں کے پانی سے خوب اچھی طرح دھو لیجیے۔ سرخ مرچ دھنیا اور آدمی پیاز ڈال کر لہسن کے جوں، ہلدی اور سا۔

نمک کو پانی میں چیں کر مسالہ تیار کر لیجیے۔ اب آدھا گھی چولہے پر رکھ کر کڑا کر لیں اور باقی پیاز کے لچھے تیل میں لال کر کے نکال لیجیے۔ پھر اس گھی میں آدھا مسالہ، گوشت اور غلیاں ڈال کر چند منٹ تک بھوینے۔ اس کے بعد پتیلی ڈھانک کر پکینے دیں۔ (یاد رہے کہ اس میں پانی نہیں ڈالا جاتا کیونکہ گوشت پانی خود چھوڑتا ہے) جب اس کا پانی خشک ہو جائے تو لال کی ہوئی پیاز چیں کر دیں اور آٹے سمیت پتیلی میں ڈال کر خوب بھوینے اس کے بعد پانی بقدر شوربا ڈال کر پتیلی کا منہ آنے سے بند کر دیں۔ دو

گھنٹے تک پکائیے پھر پتیلی کھولے اور آٹا پانی میں گھول کر اس میں ڈالیں اور تیز آٹھ پر جوش دیں جب شوربہ گاڑھا ہو جائے تو باقی آدھا گھی کا بگھار دے دیجیے اور پتیلی چولہے سے اتار کر کتری ہوئی اورک اور ہری مرچ اور پورا ہوا گرم مسالہ چھڑکنے کے بعد اوپر سے لیوں نچوڑ دیجیے۔

چکن تکہ بوٹی

اشیاء: چھوٹا مرغ ایک عدد، سوکھ بقدر ضرورت، زیرہ بقدر نمک ملائیں ہر اوجھنا پودینہ ملا کر ضرورت، نمک 10 گرام، جایت سرخ مرچ 1 عدد، پیاز 60 گرام، گرم نمک کہ بادی ہو جائے۔ اس کے ساتھ 9 ملی گرام، انجیر 66 ملی گرام، کچا سہاگہ 1 ملی گرام، ارٹو خربوزہ تھوڑا

خوب بھونیں۔ کھجی، گردے ڈال کر لیجیے۔ **ترکیب:** مرغ کو صاف کر لیجیے۔ سب مسالوں کو باریک چیں لیں۔ یہ مرغ کے اندر اور باہر لگا دیجیے اور اسے تین گھنٹے تک فریج میں رکھ دیں پھر مرغ کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کیجیے اور ان ٹکڑوں کو تاج پر چڑھا کر آگ پر تیار کر لیجیے اس دوران میں جب تک پک رہے ہوں ان پر دھی ملتے جائیں۔

خہور مو (مغلٹی ڈش) **اشیاء:** کھجی، آدھا کلو، گردے 4 عدد (بکرے کی کھجی کے گردے) بند گو بھی 1/2 کلو، آلو 1/2 کلو، ہر اوجھنا آدمی گڈی، پودینہ آدمی گڈی، مٹر ایک پاؤ، اورک پیسٹ ایک کھانے کا چمچ، دھنیا پاؤڈر 1/2 چائے کا کلو، مرغی کے سینے کا ٹکڑا ایک چمچ، سفید زیرہ پاؤڈر 1/2 چائے کا چمچ، (پتلے سلائس کات لیں)۔ تیل ہلدی پاؤڈر 1/4 چائے کا چمچ، سرکہ 3 کھانے کا چمچ، زعفرانی رنگ تھوڑا سا، گھی ایک پاؤ، لال مرچ پاؤڈر 1/2 چائے کا چمچ، کھانے کا چمچ، اورک اور لہسن **ترکیب:** کھجی کے باریک ٹکڑے

کریں ہر گردے کے چار حصے کر آلو اور گو بھی کے باریک ٹکڑے کر نمک ملائیں ہر اوجھنا پودینہ ملا کر لیں۔ گھی گرم کر کے یہ سب تیل میں لال کر دیں اورک، لہسن، آدمی لال مرچ اورک، لہسن پیسٹ ایک چمچ، اورک، لہسن پیسٹ ایک

چمچ اور 1/4 چائے کا چمچ اورک، لہسن کا پیسٹ لگا کر کچھ دیر کے لیے رکھ دیں۔ تیل گرم کریں اس میں پیاز اور اورک، لہسن پیسٹ ڈال کر فرائی کریں۔ اس کے بعد میرینٹ کی ہوئی مرغی ڈال کر ڈھکن ڈھک دیں اور دس منٹ تک پکائیں۔ چاولوں کو نمک اور لوگ کے ساتھ اُپائیں۔ مرغی میں

دس عدد، کالی مرچ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، گرم مسالہ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، ہری مرچیں (سلائس کی ہوئی) دو عدد، پیاز (چوپ کی ہوئی) دو کھانے کے چمچ، اورک، لہسن پیسٹ ایک ایک چائے کا چمچ۔

ترکیب: سب سے پہلے مرغی کو نمک، کالی مرچ پاؤڈر، رائی پاؤڈر، کیمپ اور 1/4 چائے کا چمچ اورک، لہسن کا پیسٹ لگا کر کچھ دیر کے لیے رکھ دیں۔ تیل گرم کریں اس میں پیاز اور اورک، لہسن پیسٹ ڈال کر فرائی کریں۔ اس کے بعد میرینٹ کی ہوئی مرغی ڈال کر ڈھکن ڈھک دیں اور دس منٹ تک پکائیں۔ چاولوں کو نمک اور لوگ کے ساتھ اُپائیں۔ مرغی میں

اُبلے ہوئے چاول، ہری مرچ، کالی مرچ پاؤڈر اور کشش ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔ گرم مسالہ پاؤڈر کو تھوڑے سے پانی میں حل کر لیں اور چاولوں پر رکھ دیں۔ اس کو ڈھک کر دس منٹ کے لیے دیر پر رکھ دیں۔ عربین رائس تیار ہیں، گرم گرم سرو کریں۔

قلفی **اشیاء:** دودھ تین کلو، کھویا 250 گرام، الاچی بھڑدس بارہ، یادام 60 گرام، کیوڑہ 60 گرام، چینی 250 گرام۔ **ترکیب:** دودھ کو پکائیں اور اتنا خشک کریں کہ آدھا رہ جائے اب اس میں چینی ڈال کر ملائیں اور نیچے اتار

لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر اس میں کھویا ملا دیں اور الاچی چیں کر ڈال دیں۔ اب اس میں یادام چھیلیں اور کات کر ڈال دیں۔

پھر یہ مرکب قلفی کے سانچے میں ڈالیں اور اس کے بعد اس پر پست باریک باریک کات کر کچلی بھر ڈالیں۔ قلفی کے اوپر ڈھکنا لگا کر سخت آنے سے بند کر دیں۔ یا چوڑا بڑے کر چوڑی کی طرح اس کے منہ پر لگا دیں اب ایک منگے میں برف کوٹ کر بھر دیں اور اس میں نمک اور قلفی شورہ ڈال دیں، بیچ میں قلفیاں رکھ دیں۔ تقریباً گھنٹہ ڈیڑھ بعد قلفیاں جم کر تیار ہو جائیں گی

دل کے مریض سبزیاں اور پھل کھا کر تندرست رہ سکتے ہیں، جدید تحقیق

طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ دل کے مریض سبزیاں اور پھل کھا کر تندرست رہ سکتے ہیں۔ تحقیق کے مطابق دن میں پانچ یا اس سے زیادہ مرتبہ پھل اور سبزیاں کھانے سے موروثی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے۔ سبزیاں سو فیصد امراض کا خاتمہ تو نہیں کر سکتیں لیکن بیماری سے دیر تک لڑنے کی صلاحیت پیدا کر دیتی ہیں۔ ماہرین کہتے ہیں کہ متوازن خوراک بیماریوں کے اثرات کم کر دیتی ہے۔ طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ اچھی صحت کے لیے فاسٹ فوڈ کی بجائے تازہ سبزیاں اور پھل کھانے کو ترجیح دینی چاہیے۔



جلد و بالوں کے مسائل

اس کالم میں جلد اور بالوں کے مسائل کا حل پیش کیا جاتا ہے۔ قارئین اپنے خطوط اس پتے پر بھیج سکتے ہیں۔
جلد اور بالوں کے مسائل۔ معرفت روحانی ڈائجسٹ 1/7-D-1 ناظم آباد کراچی 74600

پورے بال سفید ہو جائیں گے۔ آپ کوئی آسان اور گھریلو نسخہ بتائیے....؟

(رضوان شاہد کراچی)

جواب: نرگھلا، مہندی اور آم کے جج کا پاؤڈر لے کر (کیساں) مقدار میں تیلوں (پانی میں اس کا آمیزہ بنائیں اور پھر اس آمیزہ کو لوہے کے برتن میں ایک دن کے لیے رکھ دیں دوسرے دن یہ محلول یا آمیزہ سر پر اچھی طرح لگائیں۔ روزمرہ کی خوراک میں پھل اور سبز یوں کا کثرت سے استعمال کریں۔

کالی رنگت



سوال: میرے چہرے کی رنگت بہت کالی ہے، حالانکہ تین چار سال پہلے چہرے کی رنگت بہتر تھی۔ بہت سی کریموں کا استعمال بھی کر چکی ہوں مگر رنگت میں بہتری نہیں آ رہی ہے، بلکہ دانے نکل آتے ہیں۔

(فوزیہ وسیم ملتان)

جواب: کلو نجی حسب ضرورت لے کر دودھ میں پیس لیں اور ہلکا سا گرم کر لیں۔ رات کو سونے سے پہلے اس سے چہرے کی ماسح کریں۔ صبح کسی اچھے فیس وااش سے منہ دھولیں۔

پتلے بال

سوال: میرے بال بے اور گتے ہیں، لیکن نیچے سے بہت پتلے ہیں، جس کی وجہ سے بال اُلجھ کر ٹوٹ جاتے ہیں، شیمپو اور کنڈیشنر بھی استعمال کرتی ہوں، مگر فائدہ نہیں ہو رہا۔ (طوبی وہاب لاہور)

جواب: آپ دو انڈوں کی سفیدی لے کر اسے خوب چھینشیں اور اس میں ایک کھانے کا چمچ لیموں کا رس ملائیں۔ اب اسے سر پر لگا کر تیس، چالیس منٹ کے لیے چھوڑ دیں اور پھر کسی اچھے ہریل شیمپو سے بال دھولیں۔ یہ عمل ہفتے میں دو مرتبہ دہرائیں۔

ہفتہ میں ایک مرتبہ روغن بادام، کیسٹلز آئل اور ناریل کا تیل ملا کر مساج کریں اور پھر ایک گھنٹے بعد شیمپو سے سردھولیں۔

ایسی غذا کو متوازن رکھیں اور کم از کم آٹھ سے دس گلاس پانی ضرور پیئیں۔ بلکہ پھلک ورزش بھی روزانہ کریں۔

سفید بال

سوال: میری عمر 24 سال ہے مگر اس عمر میں سر کے بال تیزی سے سفید ہو رہے ہیں۔ لگتا ہے کہ ایک دو سالوں میں سر کے

عظیہ

کے اعتماد کے ساتھ

بالوں کی حفاظت کا قدرتی طریقہ

سن ریز

ہریل شیمپو



عظیہ کی تیار کردہ ہریل پروڈکٹس قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں۔

کراچی: فون: 021-36604127

بالوں کا گرنا

سوال: میرے بال گنے اور حیرت مند تھے مگر اب تیزی سے گر رہے ہیں، میں زیادہ مٹگے لٹنے استعمال نہیں کر سکتی، آپ مجھے آسان اور سستا نسخہ بتائیے۔

(نورین معصین - فیصل آباد)

جواب: آملہ آدھا کپ، کالے ماش ثابت ایک کپ، سکاٹائی آدھا کپ، میتھی کے بیج دو بڑے، بیجوں کے پھلکے چار عدد (سوکھے ہونے)، ان تمام اشیاء کو پیس کر پاؤڈر بنائیں۔ یہ پاؤڈر گرم پانی میں آٹھ گھنٹے کے لیے بھگو دیں اور پھر سر پر لگائیں، تقریباً دو ہفتہ منٹ بعد سر دھو لیں۔

ہاتھوں کی رنگت

سوال: میرے ہاتھوں کی جلد بے رونق اور رنگت بہت سادھی ہے۔ اس کی بہتری کے لیے کوئی مشورہ دیجیے۔

(ثناء سیّد - کوئٹہ)

جواب: ایک چائے کا چمچ نمک میں چھ قطرے کیوں کارس شامل کریں اور اسکرُب کی طرح ہاتھوں پر پانچ سے دس منٹ تک جیکے ہاتھ سے مساج کریں پھر ہاتھوں کو نیم گرم پانی سے دھو لیں۔ اس کے بعد بغیر چھلے آلو کے قتلوں کو چند منٹ ہاتھوں پر لگائیں اس سے ہاتھوں کی رنگت بہتر اور جلد ملائم ہو جائے گی۔

کیل مہاسے

سوال: میری عمر 20 سال ہے۔ چھ ماہ سے چہرے پر کیل مہاسے نکل رہے ہیں۔ ان کی وجہ سے ناک کے آس پاس اور چہرے پر نشان پڑ رہے ہیں۔ آپ کوئی نسخہ بتائیے۔

(نادیہ عمران - اسلام آباد)

جواب: کیل مہاسوں میں بیسن مفید رہتا ہے۔ تھوڑا سا بیسن لے کر اس سے منہ دھو لیجیے اور پھر عرق گلاب چہرے پر

چہرے کو خوبصورت بنانے کے لیے ضروری ہے کہ نیند پوری ہو۔ جب تک آپ کی نیند پوری نہیں ہوگی آپ چہرے سے تھکنی ہوگی

آپ ہزاروں روپے کا بھی میک کروائیں اس سے آپ کے چہرے پر فطری تروتازگی نہیں آسکے گی۔ آنکھیں تھکی تھکی اور سوئی ہوئی ہوں گی جس کی وجہ سے چہرہ خوبصورت نہیں لگے گا۔

پانی کا استعمال: خوبصورتی کو برقرار رکھنے کے لیے جس چیز کی اہمیت سے انکار ممکن نہیں وہ ہے پانی۔

جی ہاں پانی کا استعمال بہت ضروری ہے کیونکہ پانی کے زیادہ استعمال سے جلد خوبصورت اور چمکدار لگتی ہے۔ ٹھنڈے پانی کی بجائے اگر آپ سادہ پانی استعمال کریں تو یہ زیادہ بہتر رہے گا۔

ایک گلاس سادہ پانی نہار منہ پینے سے آپ کئی جسمانی

نکالیف سے آزاد رہ سکتی ہیں اور آپ کا جسم ہلکا پھلکا رہتا ہے۔ ہر موسم میں پانی کا استعمال بہت ضروری ہے۔

اچھی خوراک کا استعمال: پانی کے ساتھ ساتھ مناسب اور متوازن غذا بھی خوبصورتی کو برقرار

رکھنے میں بہت اہم کردار ادا کرتی ہے کیونکہ اگر خوراک بہت زیادہ نقصان دہ ہوتی ہے۔ تیز دھوپ سے خود کو بچانا: سورج کی کرنوں سے جلد کو ہر ممکن کوشش کر کے بچائیں کیونکہ تیز دھوپ چاہے گرمیوں کی ہو یا سردیوں کی آپ کی جلد کو سیاہ اور جھریوں زدہ کر سکتی ہے۔ سورج کی

رکھنے میں بہت اہم کردار ادا کرتی ہے کیونکہ اگر خوراک اچھی نہ ہو تو صحت بھی خراب ہوتی ہے اور خوبصورتی بھی اثر انداز ہوتی ہے۔

آپ ہمیشہ ایسی خوراک کا انتخاب کریں جس میں زیادہ چکنائی نہ ہو کیونکہ زیادہ چکنائی والی خوراک بہت زیادہ نقصان دہ ہوتی ہے۔

تیز دھوپ سے خود کو بچانا: سورج کی کرنوں سے جلد کو ہر ممکن کوشش کر کے بچائیں کیونکہ تیز دھوپ چاہے گرمیوں کی ہو یا سردیوں کی آپ کی جلد کو سیاہ اور جھریوں زدہ کر سکتی ہے۔ سورج کی

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

حسنتی حفاظت

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے

کلیئرنگ اور ٹوننگ ضروری ہے



کیا آپ مارے بہتے والے ہیں؟

ہو تو اس کی بروقت نشاندہی کئی عجیب گیسوں سے بچا دیتی ہے۔ حمل کے دوران اور اس سے پہلے فولک ایسڈ بھی ڈاکٹر کے مشوروں سے روزانہ استعمال میں رکھیں۔ اگر آپ کے جسم کو فولک ایسڈ کی مناسب مقدار اس دوران ملتی رہے تو اس سے بچے میں پیدا انشیا خامیوں کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ اپنے جسم کو روزانہ تمام غذائیت بخش ایزوا بشمول آئرن فراہم کریں۔ اگر ضرورت کے مطابق اس وقت جسم کی فولاد کی فراہمی کا سلسلہ جاری رہے، تو اس سے خون کی کمی (Anemia) کا سدباب

اگرچہ شادی ہوتے ہی لڑکی کی زندگی تبدیل ہوتی ہے، لیکن تبدیلی کا بڑا اور اہم موڑ ماں بننے کے بعد آتا ہے۔ تکلیف کے باوجود ماں بننے کا احساس بہت خوش کن ہوتا ہے۔ بچے کے دنیا میں آتے ہی خاندان کی زندگی بیکسر بدل جاتی ہے۔ خوشیوں کے احساسات کے ساتھ ساتھ ماں اور بچے کی صحت و سلامتی پر توجہ دینا بھی ضروری ہے۔ خاص طور پر پہلی مرتبہ ماں بننے والی لڑکیوں کو زیادہ احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایسی لڑکیاں جنہیں کسی وجہ سے بڑوں کی رہنمائی حاصل نہیں ہوتی، انہیں مختلف پریشانیوں کا سامنا زیادہ کرنا پڑتا ہے۔ لیکن گھبراہٹیں نہیں ہم آپ کو بتاتے ہیں کہ ایسے حالات سے نمٹنے کے لیے آپ کو کیا کرنا چاہیے۔۔۔؟

ڈاکٹر ضوفشان

ہونے لگا۔ آئرن کی کمی سے قبل از وقت پیدائش اور کم وزنی بچوں کی پیدائش کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ اپنی ڈاکٹر سے بچے کی پیدائش سے قبل روزانہ استعمال کے لیے کوئی وٹامن یا آئرن سپلیمنٹ کا نسخہ لکھوائیں اور اسے استعمال کریں۔ سیال چیزوں کا خصوصاً پانی کا استعمال بڑھادیں۔ پھلوں کے رس اور

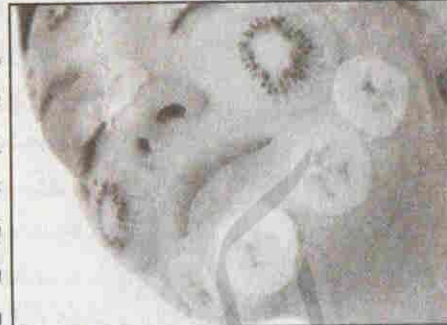
دورانِ حمل کرنے والے کام

اپنی ڈاکٹر سے مسلسل رابطے میں رہیں اور انہیں اپنا معائنہ کروانی رہیں۔ بچے کی پیدائش سے پہلے معالج سے باقاعدہ ملاقاتیں آپ کو اور آپ کے بچے کو صحت مند رکھنے میں معاون ہوتی ہیں اور اگر خدا نخواستہ کوئی مسئلہ درپیش

اور نکھار پیدا کر سکیں گی۔

مولی کا ماسک: مولی کے بیج آپ کو کسی حکیم پھارسیوں کے پاس سے یا سانی مل جائیں گے۔ ایک ٹیبل اسپون بیج لے کر باریک پیس کر دہی ملا کر مکس کریں۔ آپ کا مولی کا ماسک تیار ہے۔ اس کے استعمال سے آپ کا چہرہ نکھرا ہوا اور تروتازہ ہو جائے گا۔

گریپ فروٹ ماسک: گریپ فروٹ چھیل لیں، چھلکے کے زرد حصے کو باریک پیس لیں اب اس میں ایک ٹیبل اسپون جو کا آ اور دہی شامل کریں۔ اس کو ملا لیں اور لہس کرنے کے نصف گھنٹے بعد نیم گرم پانی سے چہرہ دھو لیں۔ چہرہ جگمگانے لگے گا اور انتہائی خوبصورت نظر آئے گا۔ شہد کا ماسک: یہ ماسک بہت ہی مفید ہوا ہے۔ ایک چائے کا چمچ شہد لے کر اس میں چند قطرے لیموں کا رس ملا لیں۔ اس کو اچھی طرح مکس کر لیں اور اس کا چہرے پر لپ کریں۔ لپ کرنے کے بعد اس کو نیم گرم پانی اور روئی کی مدد سے صاف کریں۔ اگر آپ کی جلد چکنی ہے تو شہد لے کر اس میں گیسوں کا آٹا ملا کر ماسک بنالیں۔ اس کے علاوہ آٹے میں پانی یا دودھ ملا کر بھی بہتر ماسک تیار کیا جاسکتا ہے۔ یہ ماسک جلد کے لیے انتہائی مفید ہے اور اس میں کسی قسم کی کوئی ملاوٹ بھی نہیں۔



صاف ہو جاتا ہے۔ کینزنگ کرنا اس لیے بھی ضروری ہے کہ آپ کی جلد اگلے دن کے لیے خوبصورت اور فریش نظر آئے۔ دلنے نہ نکلیں، رنگ کالا نہ ہو وغیرہ وغیرہ۔ کینزنگ کے بعد آپ ٹونک کریں، یہ بھی گرو غبار کو صاف کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اس کا زیادہ استعمال متاثرہ حصوں پیشانی اور گال پر کیا جاتا ہے۔ اس لیے روئی کے بال کی مدد سے آہستہ آہستہ اوپر کی جانب مساج کریں۔ ناک کے کونوں پر اس کا استعمال ضرور کریں کیونکہ اس جگہ کو ہم اکثر نظر انداز کر دیتے ہیں۔

ٹونک کے بعد مونچھرانگ کی ضرورت ہوتی ہے کیونکہ یہ ایک ایسا عمل ہے جس کی وجہ سے جلد نرم ملائم ہو جاتی ہے اور اگر موسم خشک ہے تو آپ کی جلد بہت متاثر ہوتی ہے۔

مونچھرانگ کرنے کے لیے انگلیوں کے سروں سے مونچھرانگ کریم کو چہرے پر نہایت آرام سے لگائیں۔

پیشانی اور آنکھوں پر مونچھرانگ کر کے اس عمل کو دواؤں کی شکل میں کریں۔ چہرے پر کرنے کے بعد آپ اسے گردن پر بھی کر سکتی ہیں۔ گردن کے نیچے سے اوپر کی جانب یہ عمل کریں تاکہ چہرے اور گردن کی جگہ میں کوئی فرق محسوس نہ ہو۔

اب ہم آپ کو چند ایسے مفید ماسک کی ترکیبیں بتائیں گے جس کے ذریعے آپ بھی اپنے چہرے پر فطری حسن



ماں بننے والی خواتین ذاتی صفائی اور آرام کا خاص خیال رکھیں

* کھانے کی اشیاء کو چھونے سے پہلے صابن سے اچھی طرح ہاتھ دھولیں۔
* داغیوں کے ناخن چھوٹے اور صاف رکھیں۔
* اپنی جلد صاف رکھیں۔
* پالوں میں روزانہ نکلیں کریں۔
* دن میں ایک یا دو گھنٹے آرام



ضرور کریں۔ (بائیں کروٹ لیٹنا سیدھا لیٹنے سے بہتر ہے)
* کپڑے دھونے کے بعد دھوپ میں خشک کریں۔
* ہر کھانے کے بعد کلی کریں۔
* دانتوں کو صاف رکھیں۔
* زیادہ دیر کے لیے سخت تھکا دینے والے کام نہ کریں۔
* زیادہ بوجھ اٹھانے سے پرہیز کریں۔
* زیادہ دیر تک کھڑے ہو کر کام نہ کریں۔
* چھوٹے چھوٹے کاموں کے لیے بھی گھر کے دیگر افراد اور بچوں سے مدد لیں۔

آرام کا احساس ہوگا۔

اپنے ذہن اور جسم کو دباؤ سے آزاد رکھئے۔ اور یہ سلسلے کر لیں کہ مجھے اس سے زیادہ اپنے ذہن پر بوجھ نہیں ڈالنا ہے۔ اس سلسلے میں اگر دوسروں کی مدد کی ضرورت ہو تو ان سے ضرور کہیں۔

اگر آپ کو پہلے سے طبی مسائل درپیش ہوں تو ان کا مناسب علاج کروائیں اور انہیں قابو میں رکھیں۔ مثلاً اگر آپ کو ذیابیطس ہے تو خون میں شکر کی سطح کو کنٹرول کریں۔ اگر آپ کو ہائی بلڈ پریشر کی شکایت ہے تو اس پر نگاہ رکھیں اور اسے بڑھنے نہ دیں۔

کوئی دوا بند کرنے یا نئی دوا شروع کرنے سے پہلے اپنی ڈاکٹر سے مشورہ ضرور کریں۔

اگر آپ کے بچے کی پیدائش مارچ اور جولائی کے درمیان متوقع ہے تو خود کو انفلونزا سے بچاؤ کا دیکھا ضرور لگوائیں۔ حاملہ خواتین کے لیے معمولی نزلہ زکام بھی

مشروبات بھی زیادہ سے زیادہ استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ جسمانی سرگرمیاں جاری رکھیں۔ آپ کے لیے اور آپ کے ہونے والے بچے کے لیے چلنا پھرنا اور دیگر ملکی ملکی جسمانی سرگرمیوں میں مصروف رہنا بہتر ہوگا۔

اپنے وزن پر نظر رکھیں

دوران حمل اگر ڈاکٹر کے تجویز کردہ وزن کی سطح سے آپ کا وزن بڑھ جائے تو اس سے زچگی کی پیچیدگیوں کا خطرہ بڑھ جاتا ہے، علاوہ ازیں بچے کی پیدائش کے بعد اس اضافی وزن سے چھٹکارا حاصل کرنا بھی مشکل ہو جاتا ہے۔ اس سلسلے میں آپ ڈاکٹر سے معلوم کریں کہ دوران حمل آپ کا وزن کس حساب سے بتدریج بڑھنا چاہیے۔

اپنے ہاتھوں کو صابن سے دھونا معمول بنائیں۔ خصوصاً کچا گوشت چھونے یا کاتنے اور ہاتھ روم استعمال

ماں بننے والی خواتین روزمرہ کی نسبت زیادہ خوراک استعمال کریں

حاملہ خواتین کو صحت مند رہنے اور اضافی طاقت حاصل کرنے کے لیے اضافی خوراک کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر ماں بننے کے مرحلے سے گزر رہی ہیں تو عام دنوں سے زیادہ صحت بخش غذا کا استعمال کریں، ساتھ ہی غذا کی مقدار بھی (حصوں) کو مدنظر رکھیں اور آپ کی صحت اور بچے کے ہونے والے بچے کی نشوونما کے لیے بھی ضروری ہے۔ چنانچہ دن میں پانچ مرتبہ کھانے کسی قسم کی خوراک مثلاً انڈا، گوشت، مچھلی وغیرہ کی ممانعت نہیں ہے۔

1. ایک روٹی، آدھ پائے سبزیاں، آدھ پائے دودھ یا جو کچھ بھی میسر ہو اسے زیادہ مقدار میں لیں۔
2. تین وقت کے کھانوں کے درمیان ہلکی غذائیں مثلاً چائے، دہی، لسی، گھی کی روٹی یا حلوائیں۔
3. کچی سبزیاں مثلاً فرائز، کھیر، مولی، گاجر، یا میوے وغیرہ کا زیادہ استعمال کریں۔
4. ہر روز چائے والی سبزیاں مثلاً پالک، ساگ، ہر ادھیانگی کھائیں۔

یہ چیزیں تھوڑی مقدار میں ہر کھانے کے ساتھ کھانے سے گیس یا بد ہضمی نہیں ہوگی۔

ماری پڑ سکتا ہے اور انہیں اسپتال میں داخل کرنے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ فلو کی ویکسین کے لیے ڈاکٹر سے معلومات حاصل کریں۔

دوران حمل نہ کرنے والے کام

جو خواتین امید سے ہیں انہیں ایکسرے سے حتی الامکان گریز کرنا چاہیے۔ اگر اپنے علاج کے سلسلے میں کبھی ایکسرے کی ضرورت پیش آئے تو ڈاکٹر کو واضح طور پر بتائیں کہ آپ ماں بننے والی ہیں۔ اگر دانتوں کے علاج کے لیے ایکسرے لینا یا طبی جانچ ضروری ہو تو اپنے ڈاکٹر سے یا ڈاکٹر کو اپنی کیفیت سے ضرور باخبر کریں تاکہ اضافی احتیاطی تدابیر اختیار کی جاسکیں۔

ہمارے ماں خواتین میں سگریٹ نوشی کا رجحان اگرچہ مغربی دنیا کی طرح نہیں ہے لیکن وہ خواتین جو پانچ میں تمباکو استعمال کرتی ہیں ان میں دوران حمل پیچیدگیاں سامنے آسکتی ہیں۔ اس دوران کوئٹین اور کینسر کا سبب بننے والی دیگر کیمیائی اجزاء حکم ہمارے موجود بچے کے جسم تک منتقل ہو جاتے ہیں۔ اس سے اسقاط، قبل از وقت پیدائش اور بچے کی موت کا خطرہ بھی بڑھ جاتا ہے۔

زہریلے کیمیکلز والے ماحول میں سانس لینے سے خود کو بچائیں۔ برتن، کپڑے اور فرش کی صفائی ستھرائی میں استعمال ہونے والے کیمیکلز کے علاوہ جن چیزوں میں سیسہ یا پارہ استعمال ہوتا ہے ان اشیاء سے دور رہیں۔ جس جگہ دیوار وغیرہ پینٹ کی چادری ہو اس کی بو اور گیسز سے حاملہ خواتین کو مکمل پرہیز کرنا چاہیے۔

ایسی غذائیں جن کے بارے میں شبہ ہو کہ فریج میں رکھنے کے باوجود وہ ٹھیک نہیں ہیں یا خراب ہو گئی ہیں، انہیں ہرگز استعمال نہ کریں کیونکہ اس سے صحت کے سنگین مسائل پیش آسکتے ہیں۔ غذاؤں کو محفوظ طریقے سے سٹور کریں، صاف کریں، پکائیں، کھائیں اور مناسب طور پر محفوظ کریں۔ گھر میں پالتو جانور اگر ہیں تو ان سے دور رہیں۔ ان کے فضلے اور رہنے کی جگہ کی صفائی میں خود حصہ نہ لیں۔ اس سے آپ کے Toxoplasmosis میں مبتلا ہونے کا خطرہ بڑھ جائے گا۔ یہ ایک ٹیکشن ہے جو حکم ہمارے پران چڑھنے والے بچے کے لیے بہت نقصان دہ ثابت ہو سکتا ہے۔

بقیہ صفحہ 229 پر ملاحظہ کیجئے

جس بیٹے کی کامیابی کے لیے دن رات دعائیں مانگا کرتی تھی،
آج اسی نے مجھے اکیلا چھوڑ دیا۔ اماں نوران

شوبر نکھوٹھا اور نشہ کرتا تھا۔ میں محنت مزدوری کرتی تھی،
پیسے نہ دینے پر اس نے مجھے جوانی میں طلاق دے دی۔

میں نے تشدد سستی کی حالت میں بھی کسی کے سامنے ہاتھ نہیں
پھیلائے مگر اللہ نے ہمیشہ اچھا گزارا کروایا....

کے دروازے کے قریب پہنچ کر آہستہ سے اماں نوران کو
آواز دی اور اپنا تعارف کرایا تو اندر سے کافی لاغر سی اماں
نوران کی آواز آئی، ”بیٹا اندر آ جا۔“
میں اندر گیا تو اماں کی آنکھیں چمک اٹھیں اور وہ غیر
یقینی انداز میں مجھے دیکھنے لگیں۔

”بیٹا“ وہ اٹھنے لگیں۔

”نہیں، نہیں“

اماں!

موسم سخت گرم ہوا سرد! اماں نوران میرے آفس
کے رستے پر نیم کے گھنے بیڑے کے نیچے بچوں کی ٹافیاں اور
بکٹ فروخت کیا کرتی ہیں۔ اس روز بھی حسب معمول
میں آفس جانے کے لیے گھر سے نکلا، موسم خوشگوار تھا،
سردی کی آمد آئی تھی۔ جب اس نیم کے بیڑے کے سامنے
سے گزر ہوا تو اماں نوران کو یہاں نہ پا کر بہت حیرت
ہوئی۔ یہ پہلا اتفاق تھا کہ وہ موجود نہ تھیں۔ ہر دوسرے
تیسرے روز میں ان سے بچوں کے لیے کچھ ٹافیاں خریدا
کر تا تھا، جبکہ سلام دعا تو روزانہ ہی ہو جاتی تھی۔ ان کے
لہجے اور بات کرنے کے طریقے میں شائستگی و تہذیب
نمایاں تھی۔

میں نے اس پاس کے لوگوں سے معلوم کیا تو
پتہ چلا کہ اماں نوران بیمار ہیں۔ آج میں آفس جانے کے
لیے گھر سے وقت سے کچھ پہلے ہی نکل آیا تھا، نہ
جانے کیوں میرے قدم خود بخود اماں نوران کے
مکان کی جانب بڑھنے لگے جو یہاں سے چند قدم کے
فاصلے پر تھا۔ مکان کیا تھا ایک بوسیدہ سا گھر جس کی چھت
پلاسٹک کی شیٹ سے کور کی گئی
تھی۔ دروازے کے نام پر
ٹاٹ لٹکا ہوا تھا۔ میں نے گھر

گشٹن کو خدا حافظ.....

جنوری ۲۰۱۰ء

عظیہ

کے اعتماد کے ساتھ

موٹاپے سے نجات

ہر بل ٹیبلٹ

مہر زلیں



بڑھا ہوا پیٹ گھٹانے وزن کم کرنے کے لئے
قدرتی اجزاء سے تیار کردہ عظیہ کی ہر بل ٹیبلٹ مہر زلیں

عظیہ کی تیار کردہ ہر بل پروڈکشنز قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں۔

کراچی: فون 021-36604127۔

آپ لیٹی رہیں بس آپ کی طبیعت پوچھنے آیا تھا۔ میں ان کے قریب آ گیا۔
”بیٹھو بیٹا۔ انہوں نے میلے گلے کو ہاتھ سے صاف کر کے جگہ بنائی....
”نہیں اماں ابھی مجھے آفس سے دیر ہو رہی ہے۔ صرف آپ کی طبیعت معلوم کرنے چلا آیا تھا۔ پھر دوبارہ آؤں گا۔“

میں نے جیب سے پانچ سو کا نوٹ نکال کر ان کے ہاتھوں میں تمھارا دینا چاہا تو انہوں نے تڑپ کر ہاتھ پیچھے کر لیا۔
”نہیں بیٹا! ایسا مت کرو، تمہارا بہت شکر یہ.... مگر برامت ماننا، میں نے کبھی بھی کسی سے ایسا کچھ نہیں لیا، اللہ اچھا گزارا کرتا ہے۔“ ان کے لہجے میں بلا کی خود اعتمادی تھی، میں نے نوٹ جیب میں رکھ لیا۔
”اچھا اماں میں چلتا ہوں....“

تہ جانے کیوں میں خجالت محسوس کر رہا تھا ”بیٹا دیکھو برا، انہیں ماننا، دوبارہ ضرور آنا، طبیعت کی خرابی کی وجہ سے آج لپٹا اسٹائل لگانے کی ہمت نہیں ہو رہی ہے۔“ ان کے لہجے میں اپنائیت تھی۔
”جی ضرور....“ کہہ کر میں جلدی سے باہر آ گیا۔ اس روز میں نے محسوس کیا کہ اماں نوران کے اندر کوئی طوفان سامو بجزا ہے۔

ان کے جھریوں بھرے چہرے پر گزریے دنوں کی تلخیاں ویسے ہی نمایاں تھیں، آنکھوں میں دکھوں کے سائے تھے، کچھ میرا فطری تجسس اور لوگوں کے مسائل پہنی بساط کے مطابق حل کرنے کی خواہش نے مجھے مجبور کیا کہ میں دوبارہ ان سے ملوں۔

یوں تو اماں نوران سے روز ہی سرسری ملاقات ہوئی تھی مگر جاننا چاہتا تھا کہ ان کی آنکھوں میں اتنی آداسی

کیوں ہے....؟

دوسرے دن میں پھر ان کے گھر پہنچ گیا۔ ”اماں میں آج آپ سے باتیں کرنے آیا ہوں۔“ میں اطمینان سے ان کے پاس بیٹھتے ہوئے بولا تو ان کی آنکھیں چپکنے لگیں۔
”آپ کی اجازت ہو تو ایک بات پوچھوں....؟“

”ضرور بیٹا۔“ وہ مسکرائیں۔
”آپ اکیلی ہیں، آپ کے بچے، شوہر کوئی رشتہ دار نہیں....؟“ میں نے انہیں کرید۔

اماں نوران آداسی سے بولیں ”بیٹا میرا اس دنیا میں کوئی نہیں، بہت اکیلی اور بہت دکھی ہوں۔“

”اماں آپ اپنے بارے میں بتائیے شاید میں آپ کے کچھ کام آسکوں....؟“

”چھوڑو بیٹا کیا کرو گے سن کر“ وہ پچھلی ہنسی ہنس دیر۔

میرے مسلسل اصرار پر وہ یوں گویا ہوئیں۔
”میرے ماں باپ میرے ہوش سنبھالنے سے پہلے ہی وفات پا گئے تھے۔ میں نے ماموں کے گھر ہوش سنبھالا تو محسوس کیا کہ یہاں میری حیثیت تو کرائی سے بھی بدتر ہے، دن رات کام کرنے کے بعد رات کو بمشکل دو دو تیناں نصیب ہوتی ہیں، شدید تنگی کی وجہ سے ساری رات نیند نہیں آتی، جوڑ جوڑ دکھنا گمیری تکلیف محسوس کرنے والا یہاں کوئی نہیں تھا۔ اس تکلیف میں کہاں جانی کوئی اور

ٹھکانہ بھی نہ تھا۔ اسی طرح ماموں ممانی کی خدمت کرتے جو ان ہو گئی۔ شکل صورت اچھی تھی لہذا ممانی نے احسان کرتے ہوئے میری شادی مجھ سے بیس سال عمر میں بڑے اپنے دور کے ایک عزیز سے کر دی۔ اس میں ان کی کیا مصلحت تھی مجھے معلوم نہیں۔ سوچا کہ شادی کے بعد حالات کچھ بہتر ہو جائیں گے مگر سوچنے سے حالات کب تبدیل ہوا کرتے ہیں۔ میرا شوہر کھٹو اور کام چور تھا۔

ماموں نے تمھارا بہت زور جو کہ میری ماں کا ہی تھا جہیز میں دیا تھا۔ زور میرا شوہر وقفہ وقفے سے بیچنے لگا۔ وہ مجھے ارا تار چٹاتا اور پیسے مانگا، میں ظلم سہتی، برداشت کرتی رہی کہ جاؤں بھی تو کہاں! کوئی ٹھکانہ نہ تھا، اس طرح روٹے سکتے میرا بیٹا پیدا ہوا۔ میں نے سوچا کہ بیٹا پیدا ہونے پر شوہر سنبھل جائے گا مگر وہ تو اور بگڑ گیا، کہنے لگا ”بچے کے خرچے کیسے پورے کروں گا۔ پیدا کیا ہے تو اس کا خرچ بھی برداشت کر.... کم عمری کی شادی، بچے کی پیدائش اور وہ بی سکون نہ ہونے کی وجہ سے میں بیمار رہنے لگی اسی طرح ایک سال مزید بیت گیا اور میرا بچہ نیم ایک سال کا ہو گیا۔“

”اماں اس ایک سالہ دور میں آپ کے شوہر کو اپنی اولاد سے محبت نہیں ہوئی۔“

”نہیں بیٹا! وہ تو اور ضدی اور ظالم ہو گیا تھا....“

اماں آداس لہجے میں بولیں ”ایک روز میں دو پہر میں نیم کو لیے گھر میں کپڑے سلائی کر رہی تھی کہ میرا شوہر نیم غصے کی حالت میں آیا اور پیسوں کا مطالبہ کرنے لگا۔ میں نے کہا میرے پاس پیسے نہیں یہ کپڑے سلائی کر دوں تو پیسے ملیں گے مگر وہ مجھے بری طرح مارنے لگا، نیم مجھے پٹنا دیکھ کر رونے لگا۔“

نیم کے رونے پر نیم کو اور زیادہ غصہ آیا، اسی غصے اور پیسے نہ دینے پر اس نے مجھے طلاق دے دی، میں سکتے کی حالت میں کھڑی تھی۔ ذرا اوسان بجالا ہونے تو رونے جیتی نیم کو گود میں سنبھالے گھر سے باہر آئی۔

”وہاں سے پھر آپ کہاں گئیں....؟ کس نے مدد کی آپ کی....؟“

”گھر سے نکلی تو اللہ کے سوا کسی کا آسرا نہیں تھا، سوچنے لگی یا اللہ کہاں جاؤں میری سمجھ میں کچھ نہیں آ رہا تھا۔ کیا کروں، کہاں جاؤں....؟ تب میں نے ہمت

کی.... کچھ پیسے شوہر سے چھپا کر رکھے تھے اور ایک سونے کی انگوٹھی تھی، جو نیم سے منگ گئی تھی، میں نے اسے بیجا اور دوسرے محلے میں رہائش اختیار کر لی۔ یہ غریب لوگوں کا محلہ تھا میں نے ایک کمرہ کرائے پر لیا اور رہنے لگی۔ محلے والوں نے پیسے جمع کر کے ایک سلائی مشین دلادی جس کا ایک ایک پیسہ میں نے بعد میں ادا کر دیا، میں کپڑے سیتی بچوں کو قرآن پاک پڑھاتی نیم کی پرورش کرتی رہی۔ بس ایک ہی آس تھی کہ میرا نیم جلد پڑھ لکھ لے اور نوکری پر لگ جائے۔ میں اچھے دنوں کی آس میں دن گزارنے لگی۔“ اماں نوران نے ٹھنڈی سانس لیتے ہوئے کہا۔

”اماں کیا آپ کا نیم آپ کی خواہشات پر پورا اتر رہا تھا....؟“

”بیٹا اللہ کرے نیم نے انٹری پاس کیا اور قسمت سے جلد ہی اسے ایک آفس میں کلرک کی ملازمت مل گئی۔ مجھے لگا کہ دنیا کا تمام خزانہ میرے ہاتھ میں آ گیا ہو، بیٹے کی نوکری سکے بعد میں نے جلد ہی اس کی شادی کر دی۔“

”آپ کی بہو کا رویہ آپ سے کیسا رہا....؟“

”کہتے ہیں خواب، خواب میں ہی اچھے لگتے ہیں۔ چند دن تو اچھے گزرے، میں خوش تھی مگر جیسے ہی بہو کو پتہ چلا کہ وہ ماں بننے والی ہے اس نے اپنے رنگ دکھانے شروع کر دیے، روز مجھ سے لڑتی اور پھر میری ہی شکایت بیٹے نیم سے کر دیتی۔ اصل میں اُسے میرا وجود اس گھر میں برداشت نہیں ہو رہا تھا۔

بہو کی روز، روز کی شکایتیں رنگ لائیں، ان شکایتوں کی وجہ سے ایک روز نیم نے جو کچھ مجھ سے کہا اسے سن کر تو میں پکڑ آئی۔ وہ بولا....“

”اماں آپ نے بہت دکھ برداشت کیے ہیں، میں

حضور بابا صاحب فرماتے ہیں:

”بندہ کو چاہیے کہ اللہ کی دی ہوئی ہر نعمت کو خوش ہو کر استعمال کرے لیکن خود کو اس کا مالک نہ سمجھے۔ اللہ روکھی سوکھی دے تو اسے بھی خوش ہو کر کھائے اور اللہ مسرغ پلاؤ دے تو اسے بھی خوش ہو کر کھائے۔ دروہست اللہ کو اپنا کفیل سمجھے اور ہر حال میں اللہ کا شکر گزار بندہ بنا رہے۔ اس سے بندہ راضی برضا ہو جاتا ہے۔“



سوہنے یہ یعنی آدمی

کیا ہے۔ اپنے کزن کی شادی کے سلسلے میں ہماری ان سے

ملاقات ہوئی۔ ہم نے ان سے ان کے کاروبار اور حالات زندگی کے بارے میں جاننے کی درخواست کی۔ وہ بولے ”میں تو ایک عام سا بچوان والا ہوں، آپ کے سوالوں کا کیا جواب دوں گا۔“

”کام کوئی بھی ہوا اگر محنت اور دیانت سے کیا جائے تو اس میں عزت بھی ہے اور نام بھی....“ ہم نے یہ کہتے ہوئے اپنا پہلا سوال کلیم احمد سے یہ کیا....

”آپ یہ بتائیے کہ بچوان کے کاروبار سے کب سے

غیر مستحکم معاشی صورتحال برابرا پریشانوں اور مصائب کو جنم دیتی ہے۔ ہر وقت ذہنی انتشار اور اخصابی کھنچاؤ کی ایسی کیفیت رہتی ہے کہ راتوں کی نیند اڑ جاتی ہے۔ ایسے مشکل حالات میں کچھ لوگ جرم اور خودکشی تک میں پناہ ڈھونڈتے ہیں، لیکن بہت سے باہمت افراد مشکل حالات کا مقابلہ کرتے ہوئے اپنے لیے کامیابیوں کے راستے کھولتے ہیں۔ ایسے ہی باہمت افراد میں سے ایک کلیم احمد بچوان والے بھی ہیں۔ انہوں نے استحکام محنت سے بچوان کے کاروبار میں ایک مقام حاصل

مجھے اس وقت سخت افسوس ہوتا ہے جب کچھ لوگ اس کام کو معمولی جان کر ہمیں نظر انداز کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ کلیم احمد بچوان والے

میسری خواہش ہے کہ مجھ میں جو تسلیی کی رہ گئی ہے اسے بچوان کے ذریعے پورا کروں۔

بیوی بچوں کو بھی میرے ہاتھ کا کھانا پسند آتا ہے۔

کلیم میرے کچھ میں داخلے کو پسند نہیں کرتیں وہ کہتے ہیں کہ... گھر کا کچھ صرف میں سنبالوں گا، آپ اپنے کچھ پر نظر رکھیے۔۔۔

ولایت ہیں اور اس کام کا آغاز کیسے کیا....؟“

کلیم احمد کچھ سوچتے ہوئے ”میرے کاروبار کرنے کا بھی عجیب قصد ہے۔ مجھے بچپن سے ہی اچھا لکھانا کھانے کا شوق رہا ہے۔ خوش ذائقہ کھانے کی جستجو میں بعض اوقات گھر پر خود ہی مختلف ڈشیں تیار کیا کرتا تھا۔ ان کی تیاری کے لیے پکانے سے متعلق رسالوں کی مدد لیا کرتا تھا۔ کھانے جب اچھے بنتے تو سب تعریف کرتے۔

ایک مرتبہ عید کے چوتھے روز اپنے ایک دوست فیاض کی شادی تھی، میں بھی مدعو تھا، شادی میں بہت سی ڈشز کے علاوہ باری کیو کا اہتمام بھی کیا گیا تھا۔ اتفاق سے باری کیونے والے کارنگر پہنچ نہ سکے۔ عید کی وجہ سے دوسرے کارنگروں کا ملنا بھی دشوار ہو گیا۔ فیاض اس صورتحال سے بہت پریشان تھا۔ اس کی پریشانی دیکھتے ہوئے میں نے فیاض سے کہا....

”یار اگر باری کیو کے کارنگر دستیاب نہیں تو میں باری کیونے کی کوشش کرتا ہوں۔ تم نے تو میرے ہاتھ سے تیار کردہ کباب اور باری کیو کھایا ہے۔“

فیاض بولا ”لیکن تم اتنی بڑی تقریب کے لیے باری کیو کا رچ کر لو گے۔“

”یار فیاض تم فکر نہ کرو ابھی تقریب شروع ہونے میں وقت ہے، تم مجھے مسالہ منگو اور کچھ ہیلیمر لڑکے دے دو باقی مجھ پر چھوڑ دو۔“

میرا اتنی بڑی تقریب کا یہ پہلا تجربہ تھا اور فیاض نے مجھ پر بھروسہ کیا تھا۔ لوگوں نے میرے تیار کردہ باری کیو کو پسند کیا اور بہت سے لوگوں نے مجھے مشورہ بھی دیا کہ میں باقاعدہ اس کام کا آغاز کروں۔

ان دنوں میرے مالی حالات بھی اچھے نہ تھے اور بے روزگار بھی تھا۔ لوگوں کی حوصلہ افزائی نے مجھے ذہنی طور پر تو اس کام کے شروع کرنے پر آمادہ کر دیا مگر وسائل

کی کمی آڑے آرہی تھی۔ فیاض کی شادی کے بعد بہت سے دوست اپنی چھوٹی چھوٹی تقریبات میں باری کیو کے حوالے سے مجھے بلاتے رہے اور میری حوصلہ افزائی بھی کرتے رہے۔ ایک روز میرے دوست فیاض کے اہلک نے مجھے بلایا اور کہنے لگے کہ ”بیٹا میں نے تمہارے ہاتھ کے باری کیو اور کباب کھائے ہیں۔ تم پر فیشن طور پر اس کام کو شروع کیوں نہیں کرتے۔“

میں نے کہا ”اہلک میرے پاس اتنے وسائل نہیں ہیں....“

”دیکھو بیٹا میں اس کام میں پیسہ لگاتا ہوں تم پر سٹیج پر میرے ساتھ کام کرو....“ اہلک نے میری ہمت بندھائی۔

یوں کام کا آغاز ہوا، پہلے باری کیو، پھر بریانی، قورمہ اور مختلف ڈشز کا آغاز کیا اور بالآخر مکمل باورچی اور پکوان والا بن گیا۔

”پھر آپ نے اپنے ذاتی کاروبار کا آغاز کیسے کیا....؟“

ہم نے سوال کیا تو کلیم احمد سوچتے ہوئے بولے....

”ریاض کے اہلک بیمار رہنے لگے تھے، انہوں نے مجھے اپنا کاروبار کرنے کی اجازت دے دی۔ اتنے عرصے میں کچھ سرمایہ میرے پاس جمع ہو گیا تھا، اس طرح میں نے اپنے کام کا آغاز کیا۔ ایمانداری، محنت اور جدوجہد سے اس مقام پر پہنچنے میں کامیاب ہوا ہوں۔“

”آپ اپنے بارے میں کچھ اور بھی بتائیے....؟“

ہمارے سوال کے جواب میں کلیم احمد بولے ”میرے چار بھائی اور دو بہنیں ہیں۔ ابو ایک پرائیویٹ ادارے میں معمولی تنخواہ پر کام کیا کرتے تھے، وسائل کی کمی کی وجہ سے ہم تمام بہن بھائی تعلیم حاصل نہ کر سکے۔

گھر کے حالات کی وجہ سے اسی بیمار رہنے لگیں، مستقل علاج نہ ہونے کی وجہ سے ان کا انتقال ہو گیا۔ ابو

بھی امی کے دو سال بعد ہمیں چھوڑ کر خالق حقیقی سے جا ملے۔ میں سب سے بڑا تھا لہذا مجھے ہی گھر کے اخراجات کو چلانے کے لیے کچھ نہ کچھ کرنا تھا۔ بہت سے چھوٹے موٹے کام کیے آخر پکوان کے کاروبار سے ولایت ہو گیا۔“

”کیا آپ اس کام سے مطمئن ہیں....؟“

”جی ہاں، کلیم فوراً بولے۔

”اس کام کی وجہ سے ہی میں بھائیوں کو کاروبار اور بہنوں کی شادیاں کر کے کا ہوں۔ میرے بھی دو بیٹے ہیں۔ میری خواہش ہے کہ انہیں خوب پڑھاؤں اور جو تعلیم کی ہم بہن بھائیوں میں روگنی ہے اسے بچوں کے ذریعے پورا کروں۔ ہم جو اسٹڈ فیملی سسٹم میں رہتے ہیں۔

انہوں اس وقت ہوتا ہے جب کچھ لوگ اس کام کو معمولی جان کر ہمیں نظر انداز کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔“

”آپ کی خواہش ہے کہ آپ کے بچے بھی اس کام میں آئیں۔؟“

کلیم احمد کچھ دیر خاموش بیٹھے رہے پھر گویا ہوئے ”میری تو خواہش ہے کہ بچے بھی اسی کام سے ولایت ہوں مگر اپنی تعلیم مکمل کرنے کے بعد.... لیکن اگر وہ کسی اور شعبے میں جانا چاہتے ہیں تو میں پابندی نہیں لگاؤں گا۔“

کلیم احمد سے ہم نے پوچھا کہ ”کیا آپ گھر کا کھانا کھانا پسند کرتے ہیں....؟“ تو وہ ہمارے سوال پر مسکرائے اور گفتگو مسکراہٹ سے بولے

”میں پوری کوشش کرتا ہوں کہ گھر پر بیگم کے ہاتھ کا ہی کھانا کھاؤں۔ اگر گھر جانے میں دیر ہو جائے تو بیگم کھانا دکان پر میں بیچ دیتی ہیں۔

کبھی کبھار گھر میں اپنے ہاتھ سے کھانا تیار کر کے بیوی، بچوں کو کھاتا ہوں۔ انہیں بھی میرے ہاتھ سے تیار کیا ہوا کھانا پسند ہے مگر بیگم کچن میں میرے داخلے کو پسند

نہیں کرتیں، وہ کہتی ہے گھر کا کچن صرف میں سنیا لوں گی آپ اپنے کچن پر نظر رکھیے۔“



تقریب: کلشن کو خدا حافظ

نہیں چاہتا کہ آپ مزید دکھ برداشت کریں، آپ کی اور توجیہ کی بن نہیں رہی۔ گھر اکھاڑا بنا رہتا ہے۔ لہذا میں نے فیصلہ کیا ہے کہ آپ کا انتظام ایدھی ہوم میں کر دیا جائے، ہم آپ سے ملنے وہاں آتے جاتے رہیں گے گل میں آپ کو ایدھی ہوم چھوڑ آؤں گا۔“

یہ کہتا ہوا بیٹا کمرے سے باہر چلا گیا اور میں بیٹی آنکھیں لیے زمین پر بیٹھ گئی۔ میں ایک بار پھر بے گھر ہو رہی تھی، میں نے کس طرح دن رات ایک کر کے فہم کو پایا اور اس قابل کیا اور آج....!

پھر میں خود ہی خاموشی سے ان کی دنیا سے نکل آئی۔ تب تنے اسی کمرے میں رہتی ہوں اور بچوں کی چیزیں بیچ کر اپنی گزارا وقت کرتی ہوں....“

اماں نوراں کی آنکھوں سے گفتگو کے دوران مسلسل آنسو جاری تھے، پھر اماں نوراں کی آواز آنسوؤں میں ڈوبنے لگی، ہم نے انہیں تسلی دینے کی کوشش کی۔

میں سوچنے لگا کہ جس ماں نے اپنے خون جگر سے بچوں کی پرورش کی، سرد موسموں میں خود گیلے میں سوئی، اولاد کو سوکھے میں سلایا، خود ٹھنڈی برداشت کیں مگر اولاد کو زمانے کی سختیوں سے محفوظ رکھنے کی کوشش کرتی رہی۔ مگر بعض اولادیں یہ کیوں بھول جاتی ہیں کہ والدین ٹھنڈی چھاؤں کی طرح ہیں۔ انہیں تکلیف دے کہ وہ خود بھی سکھ سے نہیں رہ پائیں گے۔ کیونکہ انہیں بھی اس عمر، اس منزل سے گزرنانا ہے۔



روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظر یہ رنگ ونور اشع خواجہ شمس الدین علی پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔ برائے مہربانی جوابی لفاظی ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب-1-D، 1/7، ناظم آباد۔ کراچی 74600

سوال: حضرت سلیمان کے قصہ میں مذکور ہے کہ بندے نے کہا:

”اس سے پہلے کہ پلک جھپکے تخت یہاں موجود ہو گا۔“

اسی طرح سورہ قمر کی آیت 50 میں ارشاد ہے:

”ہمارا حکم بس ایک حکم ہوتا ہے اور پلک جھپکانے وہ عمل میں آجاتا ہے۔“

اور پر بیان کی گئی آیتوں میں پلک جھپکانے کی روحانی توجیہ بیان فرمادیں۔

(ندیم خان۔ راولپنڈی)

جواب: حضرت سلیمان کے قصہ میں لاشعوری حواس کی قوت رفتار کا تذکرہ ہے۔ شعور کی رفتار لاشعوری حواس

سے اس قدر کم ہے کہ پلک جھپکانے میں (جو کہ شعوری حواس کا کم از کم وقت میں تکمیل پانے والا عمل ہے) جتنا وقت

صرف ہوتا ہے اس سے بھی کم وقت میں لاشعوری حواس کی کار فرمائی مکمل ہو جاتی ہے۔

اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں: ”بیرا ایک دن دنیا کے ہزار مہینوں سے افضل ہے۔“

ایک ہزار مہینوں میں تقریباً سات لاکھ بیس ہزار گھنٹے ہوتے ہیں اور ایک دن میں چوبیس گھنٹے ہوتے ہیں۔ اس کا

مطلب یہ ہوا کہ ۲۴ گھنٹے، سات لاکھ بیس ہزار گھنٹوں کے برابر ہوںے۔ بندے کی پلک جھپکانا بھی ایک وقفہ یا رفتار ہے۔ یہی

وقفہ لاشعوری حواس میں دنیا کے ایک ہزار مہینوں کے برابر ہوتا ہے۔



بابا صاحب نے فرمایا:

تم اگر کسی کی دل آزاری کا سبب بن جاؤ تو اس سے

معافی مانگ۔ لو قطع نظر اس کے کہ وہ تم سے چھوٹا

ہے یا بڑا، اس لیے کہ جھکنے میں عظمت پوشیدہ

ہے۔ تمہیں کسی کی ذات سے تکلیف پہنچ جائے تو

اُسے بلا توقف معاف کر دو۔ اس لیے کہ انتقام

بجائے خود ایک صعوبت ہے۔ انتقام کا

جذبہ اعصاب کو مضحک کر دیتا ہے۔

منجانب: سلمی مشتاق

نگراں: مراقبہ ہال (برائے خواتین) لاہور

مکان نمبر A/158۔ مین بازار منگے۔ لاہور

فون: 042-37243541

سوال: تصرف کی کیا حقیقت اور اہمیت ہے؟

(شمس العارفین۔ کراچی)

جواب: اللہ تعالیٰ نے جہاں کائنات کی تخلیق کا تذکرہ کیا ہے وہاں یہ بات بھی ارشاد کی ہے کہ میں تخلیق کرنے والوں میں بہترین خالق ہوں۔ اللہ تعالیٰ بحیثیت خالق کے ایسے خالق ہیں کہ جن کی تخلیق میں وسائل کی پابندی زیر بحث نہیں آتی۔ اللہ کے ارادے میں جو چیز جس طرح اور جس خدوخال میں موجود ہے جب وہ اس چیز کو وجود بخشنے کا ارادہ کرتے ہیں تو حکم دیتے ہیں اور اس حکم کی تعمیل میں تخلیق کے اندر جتنے وسائل ضروری ہوتے ہیں وہ سب وجود میں آکر اس تخلیق کو عمل میں لے آتے ہیں جو تخلیق اللہ تعالیٰ کے ذہن میں موجود ہے۔

خالقین کا لفظ ہمیں یہ بتاتا ہے کہ اللہ تعالیٰ کے علاوہ اور بھی تخلیق کرنے والے ہیں لیکن اللہ تعالیٰ کی تخلیق کے علاوہ دوسری ہر تخلیق وسائل کی پابند اور محتاج ہے۔ اس کی مثال آج کے دور میں بجلی سے دی جاسکتی ہے۔ اللہ تعالیٰ کی ایک تخلیق بجلی (ELECTRICITY) ہے۔ جب بندوں نے اس تخلیق سے دوسری ذیلی تخلیقات کو وجود میں لانا چاہا تو اربوں کھربوں چیزیں وجود میں آگئیں۔ اللہ تعالیٰ کا یہ وصف ہے کہ اللہ تعالیٰ نے ایک لفظ ”کن“ کہہ کر بجلی کو تخلیق کر دیا۔ آدمی نے جب بجلی کے علم کے اندر تفکر کیا تو اس بجلی سے ہزاروں چیزیں وجود میں آگئیں۔ بجلی سے جتنی چیزیں وجود میں آئیں وہ انسان کی تخلیقات ہیں۔ مثلاً ریڈیو، ٹی وی اور بے شمار دوسری چیزیں۔

روحانی نقطہ نظر سے اللہ تعالیٰ کی اس تخلیق میں سے دوسری ذیلی تخلیقات کا مظہر بنا دراصل آدم زاد کا بجلی کے اندر تصرف ہے۔ یہ وہی علم الاسما ہے جو اللہ تعالیٰ نے آدم کو سکھایا تھا۔ اسما سے مراد یہ ہے کہ اللہ نے آدم کو ایک ایسا علم سکھایا جو تخلیقی فارمولوں کا علم ہے۔ انسان جب اس علم کو حاصل کر لیتا ہے اور اس علم کے ذریعے تصرف کرتا ہے تو نئی نئی چیزیں وجود میں آجاتی ہیں۔

کائنات ایک علم ہے۔ ایسا علم جس کی بنیاد اور حقیقت سے اللہ نے بندوں کو وقف عطا کر دیا ہے لیکن اس وقف کو حاصل کرنے کے لیے ضروری ہے کہ بندے علم کے اندر تفکر کریں۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں فرمایا کہ ہم نے لوہا نازل کیا اور اس کے اندر لوگوں کے لیے بے شمار فائدے محفوظ کر دیئے جن لوگوں نے لوہے میں تفکر کیا ان کے سامنے لوہے کی لامحدود صلاحیتیں آگئیں اور جب ان صلاحیتوں کو استعمال کر کے لوہے کے اجزائے ترکیبی کو متحرک کر دیا تو لوہا ایک ایسی عظیم شے بن کر سامنے آیا کہ جس سے موجودہ سائنس کی ہر ترقی کسی نہ کسی طرح وابستہ ہے۔ یہ ایک تصرف ہے جو وسائل میں کیا جاتا ہے۔ یعنی ان وسائل میں جن وسائل کا ظاہر آج ہمارے سامنے ہے۔ جس طرح لوہا ایک وجود ہے اس طرح روشنی کا بھی ایک وجود ہے۔ وسائل کی حدود سے گزر کر یا وسائل کے علوم سے آگے بڑھ کر جب کوئی بندہ روشنیوں کا علم حاصل کرتا ہے تو جس طرح لوہے (دھات) میں تصرف کے بعد وہ بڑی بڑی مشینیں، گل پرزے جہاز، ریل گاڑیاں، خطرناک بم اور دوسری ترقیوں میں لوہے کو استعمال کرتا ہے اس ہی طرح روشنیوں کا علم حاصل کر کے وہ روشنیوں کے ذریعے بہت ساری تخلیقات وجود میں لے آتا ہے۔

وسائل میں محدود رہ کر ہم سونے کے ذرات کو اکٹھا کر کے ایک خاص پروسیس (PROCESS) سے گزار کر سونا بناتے ہیں۔ لوہے کے ذرات اکٹھا کر کے خاص پروسیس سے

الذیہ: صفحہ 184 پر ملاحظہ کیجیے

قرآنی انسائیکلو پیڈیا



مشرآن پاک رشد و ہدایت کا ایسا چشمہ ہے جو اب تک ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستور حیات اور ضابطہ زندگی ہے۔ قرآنی تعلیمات انسان کی افسردہ زندگی کو بھی نصراط مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے لیے رہنما اصول سے بھی واقف کراتی ہیں۔

بَصَل

بَصَل کے لغوی معنی پیاز Onion کے ہیں۔ پیاز ایک عام ترکاری ہے، جسے ہم روزمرہ کی غذا میں استعمال کرتے ہیں۔

پیاز اور اس طرح کی سبزیاں ہزار ہا سال سے انسان استعمال کرتا آرہا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے قرآن مجید میں اس ترکاری کا ذکر صرف ایک مرتبہ بنی اسرائیل کے تذکرہ میں بیان فرمایا ہے، جب بنی اسرائیل فرعون اور اس کی قوم سے نجات، اللہ کے احسان اور اس کی عطا کردہ نعمت حق و سلویٰ شکر اکر س رکھی اور تکبیر کرنے لگے تھے۔

ترجمہ: ”اور جب تم نے کہا کہ موسیٰ! ہم سے ایک (بھی) کھانے پر صبر نہیں ہو سکتا تو اپنے پروردگار سے دعا کیجیے کہ ترکاری اور ٹکڑی اور گیہوں اور مسور اور پیاز (بصلہا) (وغیرہ) جو نباتات زمین میں سے آتی ہیں ہمارے لیے پیدا کر دے، انہوں نے کہا کہ بھلا عہدہ چیزیں چھوڑ کر ان کے عوض ناقص چیزیں کیوں چاہتے ہو؟ (اگر یہی چیزیں مطلوب ہیں) تو کسی شہر میں جا تو وہاں جو مانگتے ہو مل جائے گا اور (آخر کار) ذلت (ورسوائی) اور محتاجی (بے نوائی) ان سے چھنای گئی اور وہ خدا کے غضب میں گرفتار ہو گئے یہ اس لئے کہ وہ خدا کی آیتوں سے انکار کرتے تھے اور (اسکے) نبیوں کو ناحق قتل کر دیتے تھے (یعنی) یہ

عقرب غالب ہو جائیں گے۔ (یعنی) چند ہی بضع (بضع) سال میں پہلے بھی اور پیچھے بھی خدا ہی کا کام ہے اور

اس روز مومن خوش ہو جائیں گے۔“ (سورہ روم: 41)

یہ آیتیں اس وقت نازل ہوئیں جبکہ نیشاپور کا شاہ فارس بادشاہ اور جزیرہ کے آس پاس کے شہروں پر غالب آ گیا اور
روم کا بادشاہ ہرقل ننگ آ کر قسطنطنیہ میں محصور ہو گیا۔ مدتوں محاصرہ ہا آخر پانسہ پلانا اور ہرقل کی فتح ہو گئی۔
علوم جو ہری اپنی لغت کی مشہور کتاب الصحاح میں اس لفظ کی تفسیر کرتے ہوئے لکھتے ہیں ”بضع تین سے لے کر نو

تک کے اعداد پر بولا جاتا ہے۔“ (تفسیر ضیاء القرآن)

تفسیر ابن کثیر میں مندا احمد اور ترمذی کے حوالہ سے تحریر ہے کہ ”حضرت ابن عباسؓ سے اس آیت کے بارے میں
روایت ہے کہ رومیوں کو شکست پر شکست ہوئی اور مشرکین نے اس پر بہت خوشیاں منائیں۔ اس لیے کہ جیسے یہ بت
پرست تھے ایسے ہی فارس والے بھی ان سے ملتے جلتے تھے اور مسلمانوں کی خواہش تھی کہ رومی غالب آئیں، اس لیے
کم از کم وہ اہل کتاب تو تھے۔ حضرت ابو بکر صدیقؓ نے جب یہ ذکر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے کیا تو آپ ﷺ نے
فرمایا رومی عقرب غالب پھر غالب آجائیں گے....

روایت میں ہے کہ حضرت صدیق اکبرؓ نے یہ آیت سن کر مشرکوں نے کہا کہ کیا تم اس میں بھی اپنے نبی کو سچا مانتے

ہو....؟

آپ نے فرمایا ہاں.... انہوں نے کہا آؤ کچھ شرط دلو اور مدت مقرر کرو اور اگر رومی اس مدت میں غالب نہ آئیں تو تم
ہمیں اتنا تادیب دینا اور اگر تم سچے نکلے تو ہم تمہیں اتنا تادیب دیں گے۔

حضور ﷺ کو جب اس شرط کا علم ہوا تو آپ ﷺ نے غمناک ہوئے اور حضرت صدیق اکبرؓ سے فرمایا تم نے ایسا کیوں

کیا....؟

عرض کیا کہ اللہ اور اس کے رسول کی سچائی پر بھروسہ کر کے.... حضرت ابو بکرؓ کی شرط سات سال کی تھی۔

حضور ﷺ نے ان سے پوچھا کہ بضع کے تم کیا معنی تم کرتے ہو....؟ جواب دیا کہ دس سے کم.... آپ ﷺ نے فرمایا

پھر جاؤ مدت میں دو سال بڑھا دو خواہ چیز بھی بڑھانی پڑے۔

حضرت ابو بکرؓ گئے تو مشرکین نے دوبارہ یہ مدت بڑھا کر شرط منظور کر لی۔ لیکن ابھی دس سال پورے نہیں ہوئے

تھے کہ رومی فارس پر غالب آ گئے اور مدائن میں ان کے لشکر پہنچ گئے۔ رومیہ کی بنا انہوں نے ڈالی۔ حضرت صدیق اکبرؓ نے

قریش سے شرط کا مال لیا اور حضور نبی کریم ﷺ کی بارگاہ میں حاضر ہوئے.... آپ ﷺ نے فرمایا اسے صدقہ کر دو۔

روایت میں ہے کہ جب یہ پیشین گوئی پوری ہوئی اور رومی غالب آ گئے تو بہت سے مشرکین ایمان بھی لے آئے۔ (بحوالہ

تفسیر ابن کثیر)

بضع سے لفظ بضعاً بنا ہے جو اردو میں بھی بضعاً کی صورت میں عربی زبان سے مشتق اسم ہے۔ اردو میں اس کے

معنی سرمایہ، پونجی، اسباب، راس المال، کل کائنات، بساط، حیثیت، مقدرت وغیرہ کے ہیں قرآن مجید میں یہ لفظ صرف

سورہ یوسف میں 5 مرتبہ استعمال ہوا ہے....

ترجمہ: ”(اب خدا کی شان دیکھو) کہ اس (کنوین) کے قریب ایک قافلہ آوارہ ہوا اور انہوں نے

جنوری ۲۰۱۲ء

اس لیے کہ نافرمانی کیے جاتے اور حد سے بڑھے جاتے تھے۔“ (سورہ بقرہ: 61)

بنی اسرائیل کی سرکشی کا یہ واقعہ توریت میں بھی ملتا ہے:

پیاز کو کاشت کی جانے والی قدیم ترین بوٹی سمجھا جاتا ہے۔ زمانہ قدیم سے ہندوستان میں پیاز کو ایک دوا کے طور پر
استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ پیاز رومنوں کو مندل کرنے کی خصوصیت میں اپنا ثانی نہیں رکھتی۔ اس کا ذکر تقریباً تمام قوموں کی
لوک داستانوں، اساطیر اور روایات میں موجود ہے۔

پیاز کو انگریزی میں اونین (Onion) کہتے ہیں۔ یہ لفظ لاطینی زبان کے لفظ ”انس“ (Onus) سے نکلا ہے جس کے
معنی ہیں ”ایک“۔ قدیم مصری اس پر تدار کاٹھ کو کائنات کی علامت سمجھتے تھے اور ان کا ماننا تھا کہ پیاز بد روجوں کو بگا
دیتی ہے۔ وہ جب کوئی قسم کھاتے تھے تو وہ اپنا ایک ہاتھ پیاز پر رکھتے تھے۔ یونانی مورخ ہیرڈوٹس کے مطابق پیاز ان
غلاموں کو کھلائی گئی تھی جنہوں نے اہرام مصر تعمیر کیے تھے۔

ایک چینی سیاح ہیون سانگ کا کہنا ہے کہ ہندوستان کے لوگ پیاز سے پرہیز کرتے تھے۔ ایک اور چینی سیاح آئی سنگ
نے بھی اس بات پر حیرت کا اظہار کیا ہے کہ ہندوستان کے لوگ پیاز کو کیوں ناپسند کرتے تھے۔ اس نے لکھا
ہے ”ہندوستانیوں کا خیال ہے کہ پیاز کو کسی طرح سے بھی کھانے سے درد پیدا ہوتا ہے۔ نظر کمزور ہوتی ہے اور جسم کمزور
ہوتا ہے۔ انسان لاغر ہوتا چلا جاتا ہے۔“

ہندوستان میں پیاز کا امیرانہ استعمال صرف مغلوں کے دور سے شروع ہوا اور اکبر کے زمانے میں یہ غریب مزدوروں
اور کسانوں کی تھالی سے اٹھ کر امر کے باد پرچی خانوں میں جا پہنچی۔ اس کے بعد سے یہ باد پرچی خانوں اور دواؤں کی الماریوں
کا ایک لازمی حصہ بن گئی۔

عربی زبان میں لفظ بضع کے معنی ”کچھ“ یا ”کئی“ کے ہیں۔ کسی شے کے چند حصے اور ٹکڑے
کرنے کو بھی بضع کہا جاتا ہے، لغوی اعتبار سے تین سے نو تک تعدد کو بضع کہا جاتا ہے، یعنی کوئی بھی
شے جس کی تعدد کی دو سے زیادہ اور دس سے کم میں ہو بضع کہلاتی ہے۔ جبکہ بضعاً کے معنی کچھ چیزوں، سرمایہ وغیرہ
کے ہیں....

قرآن مجید میں یہ لفظ بضع، بضعاً، بضعاً، بضعاً، بضعاً، بضعاً کی صورت میں کل 7 مرتبہ آیا ہے۔

ترجمہ: ”اور دونوں شخصوں میں سے جس کی نسبت (یوسف نے) خیال کیا کہ وہ رہائی پا جائیگا اس سے کہا
کہ اپنے آقا سے میرا ذکر بھی کرنا لیکن شیطان نے ان کا اپنے آقا سے ذکر کرنا بجلا دیا اور یوسف کئی
(بضع) برس جیل خانے ہی میں رہے۔“ (سورہ یوسف: 42)

حضرت وہب بن منبہؓ کا بیان ہے کہ حضرت ایوبؓ بیماری میں سات سال تک مبتلا رہے اور حضرت یوسف
علیہ السلام قید خانے میں سات سال تک رہے اور بخت نصر کا غلبہ بھی سات سال تک رہا۔ ابن عباسؓ کہتے ہیں مدت قید بارہ
سال تھی۔ شحاک کہتے ہیں چودہ برس آپ علیہ السلام نے قید خانے میں گزارے۔

ترجمہ: ”ال ہر۔ (اہل) روم مغلوب ہو گئے۔ نزدیک کے ملک میں اور وہ مغلوب ہونے کے بعد

امام سلسلہ عظیمیہ

حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

”اللہ تعالیٰ تک پہنچنے کا قریب
ترین راستہ اللہ کی مخلوق کی
خدمت کرنا ہے“....

ل. آٹیلرز۔ سانگھڑ

رابطہ: بشیر احمد

فون نمبر: 0333-2922370

(پانی کے لئے) اپنا سقا بیچا اس نے کنوئیں میں ڈول لٹکایا (تو یوسف اس سے لگ گئے) وہ بولا زہے قسمت
یہ تو (نہایت حسین) لڑکا ہے۔ اور اسکو قیمتی سرمایہ (بِضَاعَةً) سمجھ کر چھپالیا۔ اور جو کچھ وہ کرتے تھے
خدا کو سب معلوم تھا۔“ (سورہ یوسف: 19)

ترجمہ: ”اور (یوسف علیہ السلام نے) اپنے خدام سے کہا کہ ان سرمایہ (بِضَاعَتُهُمْ) (یعنی غلہ کی
قیمت) ان کے قبیلوں میں رکھ دو مجب نہیں کہ جب یہ اپنے اہل و عیال میں جائیں تو اسے پہچان لیں
(اور) مجب نہیں کہ یہ پھر یہاں آئیں۔“ (سورہ یوسف: 62)

ترجمہ: ”اور جب انہوں نے اپنا سباب کھولا تو دیکھا کہ ان کا سرمایہ (بِضَاعَتُهُمْ) ان کو واپس کر دیا گیا
ہے۔ کہنے لگے ابا ہمیں (اور) کیا چاہئے؟ (دیکھئے) یہ ہماری پونجی (بِضَاعَتُنَا) بھی ہمیں واپس کر دی گئی
ہے۔ اب ہم اپنے اہل عیال کے لئے پھر غلہ لائیں گے اور اپنے بھائی کی نگہبانی کریں گے اور ایک بار شتر زیادہ
لائیں گے (کہ) یہ غلہ (جو ہم لائے ہیں) تھوڑا ہے۔“ (سورہ یوسف: 65)

ترجمہ: ”جب وہ یوسف کے پاس گئے تو کہنے لگے کہ عزیز ہمیں اور ہمارے اہل و عیال کو بڑی تکلیف ہو
رہی ہے اور ہم تھوڑا سا سرمایہ (بِضَاعَةً) لائے ہیں۔ آپ ہمیں (اس کے عوض) پورا غلہ دیجئے اور
خیرات کیجئے کہ خدا خیرات کرنے والوں کو ثواب دیتا ہے۔“ (سورہ یوسف: 88)



بقیہ: روحانی سوال جواب

گزار کر ہم فولاد بناتے ہیں۔ یہی عمل وسائل میں تصرف ہے
لیکن وہ بندہ جو روشنیوں میں تصرف کرنے کا اختیار رکھتا ہے
اس کے لیے سونے کے ذرات کو ایک مخصوص پروسیس سے گزارنا ضروری ہے۔ وہ اپنے ذہن میں ذخیرہ شدہ روشنیوں کی
مقداروں کو الگ کر لیتا ہے جو مقداریں سونے کے اندر کام کرتی ہیں اور ان مقداروں کو ایک نقطہ پر مرکوز کر کے تصرف
کر تا ہے۔ نتیجہ میں سونا بن جاتا ہے۔

ہم بتا چکے ہیں کہ اللہ تعالیٰ اپنی تخلیق میں کسی کا محتاج نہیں ہے۔ جب وہ کوئی چیز تخلیق کرتا ہے تو تخلیق کے لیے جتنے
وسائل ضروری ہیں، وہ خود بخود موجود ہو جاتے ہیں اور بندے کا تصرف یہ ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی بنائی ہوئی تخلیق میں
تصرف کرتا ہے۔ انسانی تصرف وسائل کے بغیر نہیں ہوتا۔



قرآن حکیم کی مقدس آیات و احادیث نبویؐ آپ کی روحانی
اور علمی معلومات میں اضافے اور تبلیغ کے لئے شائع کی جاتی
ہیں۔ ان کا احترام آپ پر فرض ہے۔



جنوری 1987 کے شمارے کا سرورق



اس ماہ کے مناسبتین میں اللہ کے دوست، توحب، وحیدان اور مادیت، قلندر بابا اولیاء کا خط اور اس کا جواب، شترآن اور گرتھ صاحب، نبوت کے درجے میں اسٹیل ٹیلیس، روح کی آواز، شہادت عظیم، واردات، صیغی میری شمل، گنبد خضراء خاتونہ اور شیطان، ہیٹ کے کیڑے.... جبکہ سلسلہ وار اور قسط وار مناسبتین میں نورانی، نور نبوت، آواز دوست، تاثرات، تشریح لوح و قلم، کو آقب اور انسان، اسرار کا ہومیو پیتھی علاج، اریگو، محفل مراقبہ، آپ کے مسائل، تلاش، اعداد کے کھیل اور کم سن عبادت مسل اشاعت تھے۔ اس ماہ کی منتخب تحریر ”اللہ کے دوست“ تاریخین کے ذوق مطلب کی نذر کی جا رہی ہے۔

امام سلسلہ عظیمیہ
حضور قلندر بابا اولیاء فرماتے ہیں:

”اگر انسان اپنی توقعات مخلوق سے وابستہ کرنے کے بجائے اللہ تعالیٰ کے ساتھ قائم کر لے تو اس کو سکون مل جاتا ہے۔“

اللہ کے دوست

وہ تار یوسف عیسیٰ

رہبر جن و انسان، ہادی کون و مکان، سرکار دو جہاں ﷺ فرماتے ہیں:
جس نے اپنے نفس کو پہچانا، اس نے اپنے رب کو پہچانا۔

اس عرفان نفس میں خواہشات اور شہوت کی معرفت نہیں ہے، بدن کی معرفت نہیں ہے، اپنے عزیز و اقارب کی پہچان نہیں ہے، اپنے ماں باپ کی پہچان نہیں ہے، اپنے شہر، گھر اور وطن کی پہچان نہیں ہے، ساری دنیا کے علم کی پہچان نہیں ہے بلکہ یہ پہچان کرنی اور سمجھنی ہے

جنوری ۲۰۱۲ء

وحید کر بانہ مرچنٹ

رابطہ: وحید معزل ساگھڑ

فون نمبر: 0345-6333700

کہ قدرت نے تجھے کیوں پیدا کیا ہے....؟

تیرے اندر اس نے کون سا جوہر واحد چھپا کر تجھے
عدم سے وجود میں بھیجا ہے....؟

مشیت نے اپنے ارادوں میں تیرے اندر کون کون
سی ہوشندیاں، دانائیاں اور پیشوائیاں سجا بنا کر رکھی
ہیں....؟

کیا تجھے محض تیری ہی اکلوتی ذات کے لیے پیدا کیا
ہے....؟

اگر ایک بندہ اپنی اس کنہ، لم، اس غرض اور پیدا
اٹش کی اس غایت تک پہنچ جائے کہ وہ خود اپنی ذات میں کیا کچھ
ہے...! تو یہ سمجھ لو کہ اس بندے نے خود کو پایا، سمجھ لیا،
مان لیا، پہچان لیا۔ اس وجد ان کے میسر آتے ہی شان رب
ذوالجلال پورے جاہ و جلال کے ساتھ کار فرما نظر آنے لگے
گی۔

وحدت ربانی اور وحدانیت یزدانی کے بارے میں
ارشاد باری ہے:

ترجمہ: اور تمہارا رب اکیلا رب ہے۔ کسی کی عبادت
نہیں کرتا، سوائے اس کے وہ بڑا مہربان اور رحم کرنے والا
ہے اور بندگی کسی کو نہیں مگر ایک معبود کو۔ اس کے سوا
کسی کو بندگی نہیں، وہ زندہ ہے اور قائم رہنے والا ہے۔

حضرت جنید بغدادی فرماتے ہیں کہ علم توحید اس
کے وجود سے جدا ہے اور اس کا وجود علم سے الگ۔
رب ذوالجلال، علم کی حد سے باہر ہے یعنی اتنا وسیع ہے کہ
کوئی علم اس کا احاطہ یا اندازہ نہیں کر سکتا۔

اللہ کے آخری نبی، ہادی برحق ﷺ کے بعد صحابہ
کرام، تابعین، تبع تابعین، اور پھر اولیائے کرام ہدایت
اور رہبری کا ذریعہ رہے ہیں۔ حضرت اویس قرنیؓ کے بعد
سیدنا شیخ الحدیث عبدالقادر جیلانیؒ، حضرت علی جوہری
المعروف حضرت داتا گنج بخشؒ، حضرت بابا فرید گنج شکرؒ،

حضرت نظام الدین اولیا محبوب الہی، حضرت خواجہ
معین الدین چشتی اجمیری، حضرت علاء الدین صابر
کلیری، حضرت بوعلی شاہ قلندر، حضرت صاحبزادہ شیخ احمد
سرہندی فاروقی مجدد الف ثانی، حضرت حافظ عبدالرحمن
جامی ملنگ بابا، حضرت شاہ عبداللطیف بھٹائی، حضرت بچل
سرست، حضرت لعل شہباز قلندر اور دوسرے بزرگان
کرام عوام کے لیے فیض عام اور مرجع انام رہے ہیں۔

جنوبی ایشیا میں ان اولیا کرام کی جسمانی، دینی، ملکی اور
روحانی خدمات وقت کے ساتھ ساتھ اور زیادہ روشن تر
ہوتی چلی جا رہی ہیں۔ ان بزرگوں کا روحانی مشن مذہب
اور ملت اور عقیدہ کی حد بندیوں سے بلند ہے۔ ہر مذہب
اور ملت کے لوگ اپنی اپنی ضرورتیں لے کر حاضری
دیتے ہیں۔

قدرت اپنے پیغام کو پہنچانے کے لیے دیے سے دیا
جاتی رہتی ہے۔ معرفت کی مشعل ایک ہاتھ سے دوسرے
ہاتھ میں منتقل ہوتی ہے۔

آخر یہ قطب، غوث، ولی، ابدال، صوفی، مجدد اور
قلندر سب کیا ہیں....؟

یہ قدرت کے وہ ہاتھ ہیں جو روحانی روشنی کی مشعل
لے کر چلتے رہتے ہیں۔ اس روشنی سے اپنی ذات کو بھی
روشن رکھتے ہیں اور دوسروں کو بھی روشنی کا انکاس دیتے
ہیں.... اور جس کو اپنے فیض سے مالا مال کرتے ہیں اس کا
دوست حق پرست معرفت اور باپ معرفت کے مرکز اور
شہر حضرت مولا علی مشکل کشا سے ملا دیتے ہیں جو دربار
رسالت ﷺ میں اس عقیدت کو پیش کرنے اور نذر
گزارنے میں ہمد وقت مصروف نیاز ہیں۔

صرف تاریخ کے اوراق نہیں بلکہ لوگوں کے دلوں
پر ان بزرگوں کی ایسی ایسی داستانیں اور چشم دید باتیں اب
تک زندہ اور محفوظ ہیں جن کی عداوت سے مردوں کو

زندگی، بیماریوں کو شفا، بھوکوں کو غذا، دیکھوں کو عطا،
غریبوں کو زر، بے حال لوگوں کو بال و پر، بے سہارا اور
بے کس لوگوں کو اولاد اور.... مال و متاع کے انعامات ملتے
رہتے ہیں۔

قرآن پاک میں ارشاد ہے کہ اللہ کی سنت میں نہ
تبدیلی ہوتی ہے اور نہ تغیر واقع ہوتا ہے۔ اس قانون کے
تحت ازل سے ابد تک اللہ کی سنت کا جاری رہنا ضروری ہے
چونکہ حضور خاتم النبیین ﷺ پر پیغمبری ختم ہو چکی ہے،
اس لیے فیضان نبوت کو جاری و ساری رکھنے کے لیے سیدنا
حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے وارث اولیاء اللہ کا ایک
سلسلہ قائم ہوا جن کے بارے میں.... قرآن مجید
فرقان حمید میں ارشاد ہے۔

ترجمہ: اللہ کے دوستوں کو خوف ہوتا ہے اور نہ وہ غم
آشنا زندگی سے مانوس ہوتے ہیں۔

آسمان علم و آگاہی میں ابدال حق حضور قلندر بابا
اولیا اور حمزہ اللہ علیہ ایک درخشندہ ستارہ ہیں

نورانی لوگوں کی باتیں بھی روشن اور منور ہوتی ہیں۔
زندگی میں ان کے ساتھ ایک لمحے کا تقرب سو سالہ
طاعت بے ریا سے افضل ہے اور عالم قدس میں چلے
جانے کے بعد ان کی یاد ہزار سالہ طاعت بے ریا سے اعلیٰ
اور افضل ہے کہ ایسے مقرب بارگاہ بندوں کے تذکرے
سے آدمی کا انگ انگ اللہ تعالیٰ کی قربت کے تصور سے
رنگین ہو جاتا ہے۔

اللہ کا نظام کچھ اس طرح قائم ہے کہ اس دنیا میں جو
اللہ کا پیغام آیا، وہ اپنے الفاظ کے ساتھ قائم ہے۔ ہم جب
کائنات کی تخلیق پر غور کرتے ہیں تو ہمیں یہ علم حاصل
ہوتا ہے کہ یہ ساری کائنات اللہ کی آواز ہے۔ اللہ نے
جب کہن کہا تو ساری کائنات وجود میں آئی اور یہی اللہ
کی آواز ہے جس نے آدم کو اپنی نبیت سے سرفراز کیا۔

قلندر بابا اولیا....

ایک آواز ہیں....

ایک روشنی ہیں....

ایسی آواز، ایسی روشنی جو ہر جگہ روشنی ہے۔

27 جنوری وہ مبارک اور مسعود دن ہے جس

دن.... یہ آواز عالم دنیا کے ایک ایک گوشہ سے گزر کر
عالم بقا میں اس طرح قائم ہو گئی ہے کہ ہر آن اور ہر
لحظہ.... وہاں سے نشر ہو رہی ہے۔

لازوال ہستی اپنی قدرت کا فیضان جاری و ساری
رکھنے کے لیے ایسے بندے تخلیق کرتی رہتی ہے جو اللہ
کے دوست ہوتے ہیں۔

اللہ کے یہ دوست....!

دنیا کی بے ثباتی کا درس دیتے ہیں۔ خالق حقیقی سے
تعلق قائم کرنا....

حقوق العباد پورے کرنا.... اور آدم زاد کو اللہ سے
متعارف کرانا، ان کا مشن ہوتا ہے۔

آئیے.... اللہ کے دوست کی باتیں کریں۔

انسانیت نواز، پاکیزہ کردار، نور حق، عارف باللہ،
ابدال حق سیدنا حضور قلندر بابا اولیاؒ کی باتیں کریں۔



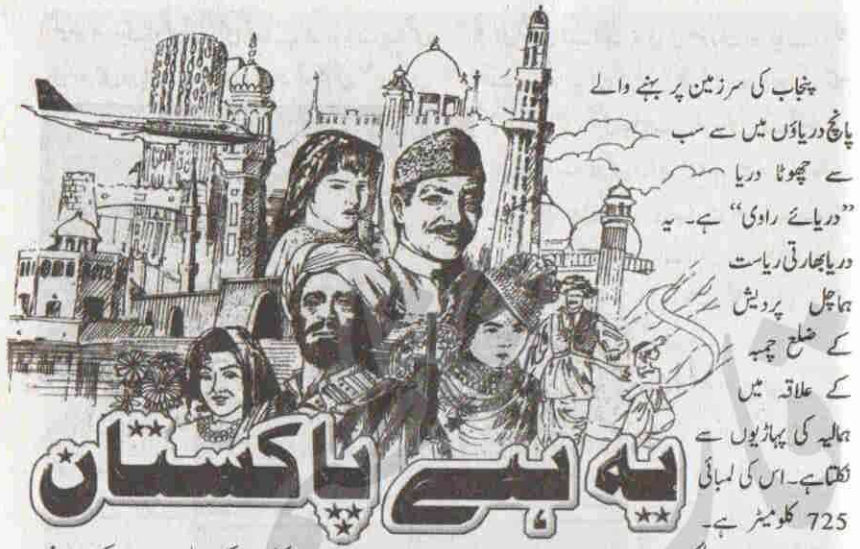
اولیاء اللہؒ کی تعلیمات کو عام کرنے

اور مثبت طرز فکر کی ترویج کے لیے

رُوحَانِی دَا تَحْمِیْنُ

کی توسیع اشاعت میں تعاون فرمائیے۔





پنجاب کی سرزمین پر بننے والے
پانچ دریاؤں میں سے سب
سے چھوٹا دریا
”دریائے راوی“ ہے۔ یہ
دریا بھارتی ریاست
ہماچل پردیش
کے ضلع چمبہ
کے علاقہ میں
ہمالیہ کی پہاڑیوں سے
نکلتا ہے۔ اس کی لمبائی
725 کلومیٹر ہے۔

یہ ہے پاکستان

صوبہ پنجاب کا دارالحکومت
لاہور ”دریائے راوی“ کے مشرقی کنارے پر آباد ہے۔
دریائے راوی کی تاریخ صدیوں پرانی
ہے۔ مورخین کے مطابق 485 تا 521 قبل از مسیح تک
ہیٹا سبیس کے بیٹے دارپوس کے زمانے
میں دریائے راوی کا ذکر ملتا ہے۔ اس زمانے میں اس کو
”دریائے اروتی“ کے نام سے پکارا جاتا تھا۔ ہندوؤں کی
مقدس کتاب وید میں اس کا نام ”پروشٹی“ مغربی محققین

دریائے راوی

امریکن مارکیٹ میں

اپنے کاروبار کے فروغ کیلئے

ایک بہترین ذریعہ

ہفت روزہ

نیوز پاکستان

امریکہ کا سب سے زیادہ پڑھا جانے والا اردو اخبار

Weekly

NEWS PAKISTAN

Contact:

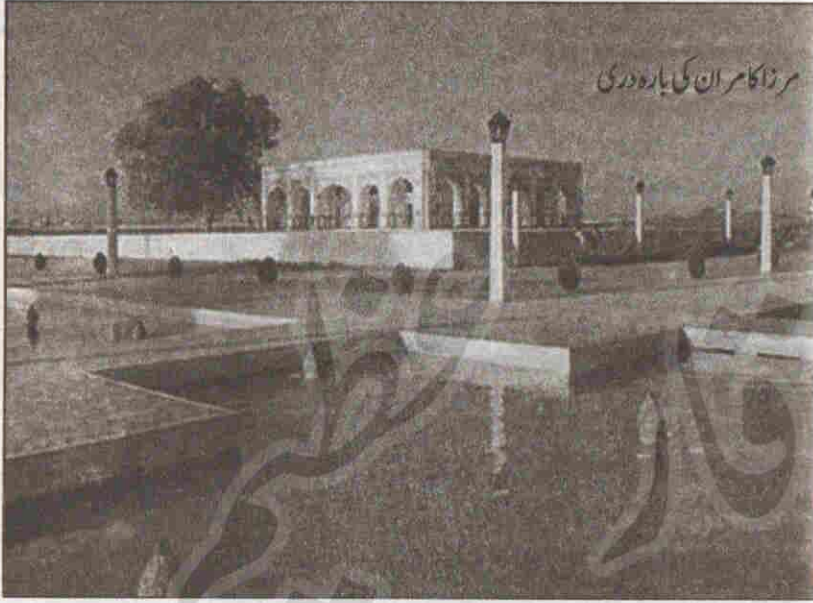
Ph: 718-558-6080 Fax: 718-558-6079

Email: newspakistan@aol.com

248-04 Hookcreek Blvd, Rosedale, New York-11422 USA

روزنامہ عالم

مرزا کامران کی بارہ درہی



نکراتی تھیں اب ایک ندی کی صورت رہ گیا ہے، اکثر خشک اور بخر میدان کی طرح نظر آتا ہے۔ لاہور کی تمام گندگی اس میں پھینکی جاتی ہے۔ کارخانوں کے فضلات، زہریلے مادے اور کیمیائی اجزاء کی وجہ سے دریا کی حالت شدید متاثر ہوئی ہے۔ سیلاب سے بچاؤ کے لیے بند باندھنے سے ماضی میں دریائے راوی کے دو حصے ہوئے جس میں ایک کو بڑھا دریا کہا جانے لگا اور اس بند کے باعث دریا کا رخ لاہور سے 6.5 کلومیٹر دور ہو گیا۔

لاہور میں مغل حکمرانوں نے کئی یادگار عمارتیں دریائے راوی کے کنارے تعمیر کی تھیں۔ مقبرہ جہانگیر، مقبرہ نور

کیتھ اور میک ڈول نے بھی لکھا ہے کہ دریائے پروشنی ہی بعد میں دریائے راوی کہلایا۔ زمانہ قدیم کی مشہور دس



بادشاہوں کی جنگ کا کچھ حصہ دریائے ارواقتی کے کنارے لڑا گیا تھا۔

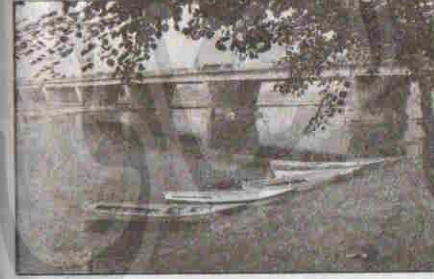
دریائے راوی

پاکستان میں پشمان کوٹ اور ماہر پور کے مقام پر داخل ہوتا ہے۔ یہ سرحدی علاقہ کے ساتھ ساتھ تقریباً 82 کلومیٹر تک لمبا ہے۔ لاہور سے گزر کر یہ کمالیہ کی طرف سے ہوتا ہوا احمد پور سیال کے قریب دریائے چناب میں مل جاتا ہے۔

ماضی میں دریائے راوی پورے زور و شور سے بہتا

تھا اور زمینوں کو سیراب کرتا تھا۔ تقسیم کے بعد بھارت نے دریاؤں کا پانی روکنا شروع کر دیا جس سے مسائل پیدا ہونے لگے۔ ورلڈ بینک کے تعاون سے 1960ء میں سندھ طاس کا معاہدہ طے پایا جس کے مطابق ستلج، بیاس اور راوی کا پانی بھارت کے حصہ میں آیا اور چناب، جہلم اور سندھ کے دریا پاکستان کو ملے۔ دریائے راوی کے پانی پر بھارت کا پورا کنٹرول ہونے کے بعد اس کا پانی پاکستان میں نہ ہونے کے برابر رہ گیا۔

وہ دریا جس کی لہریں کبھی شاہی قلعہ کی دیواروں سے



جہاں اور باغ شاہدرہ اپنی منفرد طرز تعمیر کے باعث شاندار اور خوبصورت تعمیرات مانی جاتی ہیں۔ کامران کی بارہ درہی 1530ء میں مغل بادشاہ ہمایوں کے بھائی مرزا کامران نے تعمیر کرائی تھی جو اس وقت لاہور کا حکمران تھا۔ مرزا کامران نے دریائے راوی کے پار ایک باغ بنوایا۔ جو 16 سو فٹ مربع پر پھیلا ہوا تھا۔ باغ کے درمیان میں ایک وسیع تالاب بنوایا گیا اور اس تالاب کے درمیان میں یہ بارہ درہی تعمیر کرائی گئی تھی۔

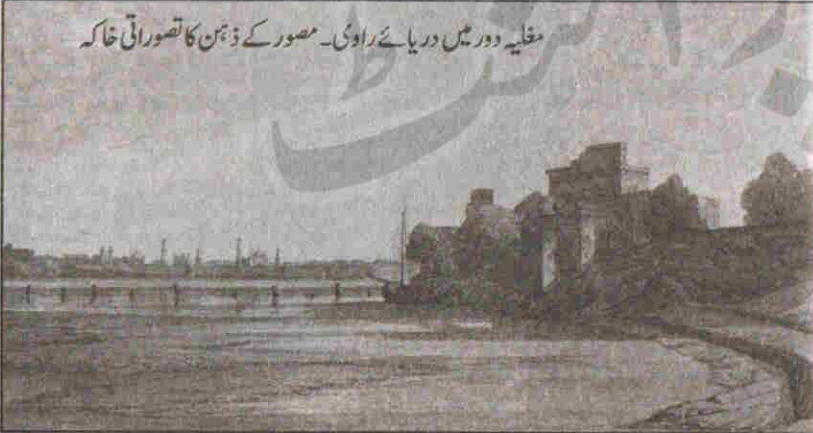
مغل حکمرانوں کی المناک تاریخ کا ایک تخی واقعہ بھی

”بادشاہ کا کوئی رشتہ دار نہیں ہوتا۔“

جہانگیر نے خود بھی اپنے باپ جلال الدین اکبر کے خلاف بغاوت کی تھی۔ اس دوران جہانگیر کے بڑے بیٹے خسرو کی شہنشاہ اکبر کے ساتھ اتنی قربت ہو گئی تھی کہ خسرو کے بادشاہ بننے کا سب کو یقین ہونے لگا تھا۔ اکبر کی

اس بارہ درہی سے وابستہ ہے۔ بادشاہ جہانگیر کے باغی بیٹے خسرو کو اس ہی بارہ درہی میں گرفتار کر کے جہانگیر کے سامنے لایا گیا تھا۔ جہانگیر نے خسرو کے باغی ساتھیوں کو مزائے موت اور اپنے بیٹے خسرو کی آنکھیں نکالنے کا حکم دیا۔ اس موقع پر ہی جہانگیر نے یہ تاریخی جملہ کہا تھا:

مغلیہ دور میں دریائے راوی۔ مصور کے ذہن کا تصوراتی خاکہ





ہلالی امر و مذہب

احسن عظیم محامد

سعودی عرب:
محرم الحرام کی
تاریخ میں تبدیلی

ایک خلیجی اخبار میں شائع ہونے والی خبر کے مطابق سعودی عرب کی سپریم جوڈیشل کونسل نے محرم الحرام 1433ھ کے حوالے سے اپنا سابقہ فیصلہ تبدیل کر لیا اور محرم الحرام کا آغاز 26 نومبر کے بجائے 27 نومبر کو قرار دیا۔ اس طرح اس سال پاکستان کی طرح سعودی عرب اور متحدہ عرب امارات

میں عاشورہ محرم الحرام منگل 26 نومبر کو تھا۔

قرآن مجید کے مطالعے سے اطمینان قلب محسوس ہوا:
امیتابھ بجن

نئی دہلی ہالی وڈ اسٹار امیتابھ بجن نے انکشاف کیا ہے کہ وہ قرآن مجید کا مطالعہ کر رہے ہیں۔

ٹوئیٹ پر امیتابھ نے لکھا ہے کہ مجھے ایک مداح نے قرآن پاک پڑھنے کا مشورہ دیا تھا، میں اس کے مشورے پر عمل کر رہا ہوں۔ ایسا کر کے اطمینان قلب اور سکون حاصل کرتا ہوں۔

پیرو: پہاڑوں پر سفیدی

کی جارہی ہے

پیرو میں پہاڑوں پر بھی چونا کرنا شروع کر دیا گیا ہے، یہ منفرد اقدام

جنوری 2012ء

دلچسپ خبریں، حیرت انگیز واقعات اور ایجادات

پہیلی ہوئی چٹانوں کو سفید چونے سے رنگ چکا ہے اور تین ارب مربع میٹر چٹانوں کو سفیدی پھیر کر گلڈشٹرز کے روپ میں ڈھالنا چاہتا ہے۔



چین: تھنڈے موسم میں مفت گرم کھانا دینے والا ریسٹورنٹ

چین میں گداگروں اور لاوارث بزرگوں کے لیے تھنڈے موسم میں گرم کھانا مفت پیش کرنے والا ریسٹورنٹ کھول دیا گیا ہے۔



گھلتے ہوئے گلڈشٹرز کی کمی کو پورا کرنے کے لیے کیا گیا ہے، جس کا آغاز Gold Eduardo نامی شخص نے چند مقامی افراد کے ساتھ مل کر کیا۔ اس کا کہنا ہے کہ سیاہ چٹانیں سورج کی گرمی جذب کرتی ہیں جبکہ سفید رنگ کی چٹانیں دھوپ کو منعکس کر دیتی ہیں۔

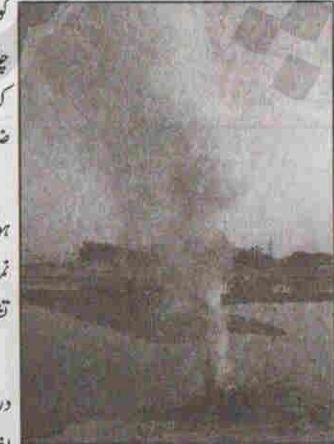
اس لیے چٹانوں پر چونا پھیرنے سے گلڈشٹرز کی کمی پوری ہو سکتی ہے۔ گولڈاب تک پندرہ ہزار مربع میٹر کے رقبے پر



زندگی کے آخری حصہ میں جہانگیر اور اکبر کی صلہ ہونے پر ایسا نہ ہو سکا اور جہانگیر کو بادشاہ بننے کے لیے اپنے ہی بیٹے کی بغاوت کا سامنا کرنا پڑا تھا۔

بیسویں صدی میں اس بارہ درہ کی حالت خراب ہوئی گئی۔ 1960ء تک یہ بارہ درہ بالکل اُبڑ چکی تھی۔ ایل ڈی

اے نے 1980ء میں بارہ درہ کی بحالی کا کام کر لیا تھا۔ کامران کی بارہ درہ میں اب ثقافتی تقریبات منعقد کی جاتی ہیں۔ ٹی وی ڈراموں کی عکس بندی بھی یہاں کی جاتی ہے۔ دریائے راوی کو یہ بھی اہمیت رہی ہے کہ ہندوؤں کے پشواؤں نے اس کے کناروں پر قیام کیا۔ کئی اہم مذہبی مقامات راوی کے کنارے آباد ہیں جہاں چل پردیش میں دریا کے کنارے دیوار کے ذخیرے میں قدیم مندر موجود ہیں۔ حضرت شاہ حسین المعروف مادھولال حسین جو معروف روحانی بزرگ تھے، راوی کنارے ہی رہتے تھے۔ ان کے جد امجد کلس رائے لاہور سے تعلق رکھتے تھے وہ فیروز شاہ تغلق کے دور میں مسلمان ہوئے۔ شاہ حسین کے والد کپڑا بنانے کے پیشے سے وابستہ تھے۔ شاہ حسین 1538ء میں پیدا ہوئے، اس



بس اسی لمحے آپ کا انتقال ہو گیا۔ وہیں تجمیر و تکفین ہوئی۔ نماز جنازہ میں بہت اولیاء کرام تشریف لائے۔ لاہور کے قریب اب تو دریائے راوی ایک نالے کی شکل اختیار کر چکا ہے۔ دریائے کنارے لاکھوں افراد آباد ہیں۔ یہ دریا صدیوں پرانی تہذیبوں اور دوستوں کو اپنے اندر لیے آہستہ آہستہ ختم ہو رہا ہے۔

وقت ان کے والد شیخ عثمان نیکسالی گیت کے باہر آباد تھے۔ اس محلے کو ”مگد گور“ کہتے تھے۔ حضرت شاہ حسین کے انتقال کے حوالے سے ”حقیقت الفقراء“ میں

سنگاپور!

جو کبھی بدبودار جزیرے کے نام سے مشہور تھا...
ڈاکٹر علی نے اس کی قسمت بدل ڈالی....



640 مربع کلومیٹر کا ایک چھوٹا سا جزیرہ تھا۔ اس جزیرے پر انیسویں صدی تک ہولناک جنگل تھی اور جنگلوں میں خوشخوار درندوں، شیروں اور گرگچھوں کا راج تھا۔ اس جزیرے میں خطے کی سب سے بڑی دلدل بھی تھی۔ بعد ازاں بحری قزاقوں نے اسے اپنا مسکن بنا لیا تھا۔ چنانچہ دنیا کا کوئی شخص اس کی طرف رخ نہیں کرتا تھا۔ انیسویں صدی میں ایسٹ انڈیا کمپنی نے یہ جزیرہ خرید لیا۔ پہلی جنگ عظیم میں

برطانیہ نے اسے بحری اڈہ بنایا، جبکہ دوسری جنگ عظیم میں اس پر جاپان نے قبضہ کر لیا۔ سنگاپور 1963ء میں ملائیشیا کو واپس مل گیا، لیکن 1965ء میں ملائیشیا نے اسے بوجھ سمجھ کر اپنے سر سے اتار دیا یعنی سنگاپور کو آزادی دے دی گئی۔ اس وقت لی کو آن یو سنگاپور کے وزیر اعظم تھے۔ وہ پہلی بار 1959ء میں وزیر اعظم منتخب ہوئے تھے۔ وہ سنگاپور کے پہلے وزیر اعظم تھے،

لی کو آن یو نے اس بدبودار جزیرے کو دنیا کا شاندار کا فیصلہ کیا۔ انہوں نے پورے ملک سے ایماندار چن کر جمع بنایا اور ان تچوں کو مکمل خود بخاری دی۔ یہ وزیر اعظم سے لے کر چہرہ اسی تک تمام سرکاری

کسی بھی وقت میں طلب اور ان کی کھل کرتے

طبقے سے انتہائی انہیں اپنی احتساب کا ایک نہیں تھا۔ اس کے بعد انہوں نے دنیا بھر کے پڑھے لکھے اور ہنرمند نوجوانوں سے رابطہ کیا اور انہیں بھاری معاوضے پر



تھے۔ اس کے بعد انہوں نے سنگاپور کے خوشحال پڑھے لکھے، مہذب اور ایماندار لوگ چنے اور کابینہ میں شامل کر لیا۔ انہوں نے کابینہ کے لیے کڑا نظام بھی تشکیل دیا جس سے کوئی شخص مبرا نہیں تھا۔ اس کے بعد انہوں نے دنیا بھر کے پڑھے لکھے اور ہنرمند نوجوانوں سے رابطہ کیا اور انہیں بھاری معاوضے پر

چین کا یہ ریٹورنٹ صرف میں گرم کھانا دے رہا ہے۔
امیروں کو کھانا نہیں کھاتا بلکہ مظلوموں کے لیے انہیں ٹھنڈے موسم ریٹورنٹ کے مالک لٹل زیو نے ناصرف ان کو مفت کھانا دینے کی آفر اجازت ہے۔

سرکاری ملازمتوں کی پیش کش کی۔ آپ کو یہ جان کر حیرت ہوگی کہ سنگاپور دنیا کا واحد ملک تھا اور ہے، جس میں سرکاری ملازمتوں کی تنخواہیں کارپوریٹ سیکٹرز کے برابر ہیں۔ سنگاپور میں اگر ایک ایم بی اے نوجوان کو اگر کوئی پرائیویٹ ادارہ دولاکھ روپے تنخواہ دیتا ہے تو حکومت بھی اس کو ایلیفیشن کے نوجوان کو دولاکھ روپے تنخواہ دے گی۔ لی کو آن یو نے سنگاپور کے قانون کو دنیا کا سخت ترین قانون بنا دیا تھا، مثلاً سنگاپور میں چوہنگم چبا کر سڑک یا گلی میں پھینکنے کا جرم دو ہزار ڈالر تھا۔ کسی دیوار یا عوامی جگہ پر گالی کھینے کی سزا موت تھی اور سنگاپور میں اگر کوئی وزیر یا مشیر کرپشن میں ملوث پایا جاتا تھا تو لی کو آن یو اسے خود کٹائی یا احتساب میں سے کسی آپشن کے انتخاب کا موقع دیتے تھے، وزراء عموماً اس لمحے خودکشی کو ترجیح دیتے تھے۔ چنانچہ لی کو آن یو کی ان اصلاحات کے نتیجے میں صرف تیس برسوں میں سنگاپور دنیا کا نواں امیر ترین ملک بن گیا۔ لی کو آن یو تیس برس بعد 1990ء میں مستعفی ہو گئے اور انہوں نے اپنے لیے نگران کار درانتخب کر لیا۔ ان کے بعد وزارت عظمیٰ کا منصب سنبھالنے والے کو چوک ٹونگ نے 1990ء میں انہیں سینئر وزیر کا عہدہ دے دیا۔ 2004ء میں ڈاکٹر لی کے صاحبزادے لی حسین ٹونگ ملک کے تیسرے وزیر اعظم بنے تو انہوں نے اپنے والد اور سنگاپور کے بابائے قوم کو وزیر کا اعزاز عہدہ دیا۔ 14 مئی 2011ء میں ڈاکٹر لی نے کابینہ سے استعفیٰ دے دیا تاکہ نئی نسل کے افراد آگے بڑھ سکیں۔ ڈاکٹر لی کی ملکی آبادی میں بے تحاشہ اضافے کا بھی سامنا تھا۔ آبادی میں متواتر اضافہ ملکی معاشی ترقی کی راہ میں سب سے بڑی رکاوٹ تھا۔ اس مقصد کے لیے انہوں نے دو بچوں کی اسکیم شروع کی، اس اسکیم کے تحت اگر کسی کے ہاں دو بچوں کے بعد بھی اگر کوئی بچہ پیدا ہو جاتا تو اسے تعلیم و صحت کی قدرے کم سہولیات میسر ہوتی تھیں، اس کے علاوہ دو سے زیادہ بچوں کے والدین کو بھی کم معاشی مراعات حاصل ہوتی تھیں۔ اس اسکیم کے خاطر خواہ نتائج برآمد ہوئے اور ملکی آبادی میں کمی ہونے لگی۔ کئی کئی آدمی میں کافی اضافہ ہو گیا تو 1990ء کی دہائی میں یہ اسکیم ختم کر دی گئی۔ ڈاکٹر لی نے ایک اور انقلابی قدم یہ اٹھایا کہ قانون سازی کر کے مردوں کی پڑھی لکھی لڑکیوں سے شادی کی حوصلہ افزائی کی۔ انہوں نے گر بچہ بیٹا اسکیم شروع کی، جس کے تحت گر بچہ بیٹ ماؤں کو ٹیکسوں میں چھوٹ کے علاوہ تعلیم اور دیگر شعبوں میں رعایت کا اعلان کیا گیا تھا۔

معاشرے میں علم و آگہی پھیلانے کی نشاندہی ان دو چیزوں سے بھی ہوتی ہے کہ ہر 2000 افراد کے لیے روزانہ نئے اخبارات شائع ہوتے ہیں اور ہر دس لاکھ افراد کے لئے کتنی کتابیں شائع ہوتی ہیں۔ پاکستان میں ہر 1000 افراد کے لیے 23 روزنامہ اخبارات شائع ہوتے ہیں جبکہ سنگاپور میں یہ تناسب ہر ہزار افراد کے لیے 360 اخبارات ہے۔ علم کے استعمال کی نشاندہی کرنے والا ایک اہم عنصر یہ بھی تصور کیا جاتا ہے کہ کسی ملک کی مجموعی برآمدات میں سے اعلیٰ تکنیکی مصنوعات کی برآمدات کا شرح تناسب کیا ہے۔ پاکستان کی کل برآمدات میں سے اعلیٰ تکنیکی مصنوعات کی برآمدات کا تناسب صرف ایک فیصد ہے۔ یہی تناسب سعودی عرب میں صرف 0.3 فیصد، کویت، مراکش اور الجزائر میں بھی یہ تناسب 0.3 فیصد ہے جبکہ سنگاپور میں یہ تناسب اٹھاون فیصد ہے۔

بمالیہ کے گلیشئرز بگھل کے پھیلنے کی تصدیق کر دی جس سے اربوں انسانوں کی زندگی خطرے میں پڑ گئی۔ گزشتہ تیس سال کے دوران مالیہ کے گلیشئرز نے کوہ ہالیہ کے گلیشئرز کے پھیلنے کی تصدیق کر دی جس سے اربوں انسانوں کی زندگی خطرے میں پڑ گئی۔ گزشتہ تیس سال کے دوران

بچوں کے نوبل امن انعام کے لیے نامزد

پاکستان کی جنت نظیر وادی سوات میں مقامی شدت پسندوں کے بیگورہ اور سوات کے دیگر علاقوں میں کاروائیوں کے دوران بی بی سی کو ایک فریضی نام گل کئی، سے لکھنے والی آٹھویں جماعت کی طالبہ ملالہ یوسف زئی جو کہ یوتھ پارلیمنٹ کی اسپیکر بھی ہے، نے لڑکیوں کے حقوق اور خصوصاً تعلیم پر پابندی کے خلاف آواز اٹھائی اور اپنی آواز پاکستان بلکہ پوری دنیا تک میڈیا کے ذریعے پہنچائی۔ 14 سالہ ملالہ یوسف زئی اتنی باہمت لڑکی ہے کہ 2009ء میں جب پورے سوات پر شدت پسندوں کا قبضہ تھا، اس نے بیگورہ میں پاکستانی میڈیا پر کھل کر کہا کہ کچھ بھی ہو میں اپنی تعلیم پوری کروں گی اور اس ملک اور قوم کی سچے دل سے خدمت کروں گی۔ ملالہ یوسف زئی سوات امن جرگہ کے جنرل سیکرٹری ضیاء الدین یوسف زئی کی بیٹی ہیں۔ ملالہ یوسف زئی کو جنوبی افریقہ میں بچوں کے نوبل امن انعام کے لیے نامزد کیا گیا، لیکن یہ انعام جنوبی افریقہ کی ایک معذور بچی نے جیت لیا۔ تاہم یہ گرفتار انعام کھودینے کے باوجود ملالہ نے حوصلہ نہیں ہارا اور وہ لڑکیوں کی تعلیم کے مقصد کے لیے پرعزم ہے اور کہتی ہے کہ وہ اس مقصد کے لیے آواز اٹھاتی رہے گی۔ ملالہ بچوں کے نوبل امن انعام کے لیے 42 ممالک کے 98 بچوں میں سے منتخب کیے جانے والے پانچ بچوں میں شامل تھی۔ اس انعام کا آغاز ہالینڈ کی تنظیم کلڈرائٹس نے کیا تھا، یہ انعام ہر سال غیر معمولی ہمت اور کارکردگی کے حامل بچوں کو دیا جاتا ہے۔ اس نامزدگی پر وزیراعظم پاکستان یوسف رضا گیلانی اور وزیراعلیٰ خیبر پختونخوا نے ملالہ کو نقد انعام دینے کا اعلان کیا ہے۔



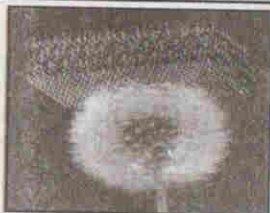
زمین کا جڑواں سیارہ در یافت

امریکی سائنسدانوں نے زمین سے ملتا جلتا سیارہ دریافت کرنے کا دعویٰ کیا ہے۔ ناسا کے مطابق یہ سیارہ کہہ ارض سے چھ سو ذریعہ سال کے فاصلے پر ہے اور اس میں موجودگی کے آثار بھی پائی گئے ہیں۔ سائنسی جریدے ایسٹرو فزیکل میں آرٹیکل میں سائنسدانوں کیسپیلر ٹوئچی سائز زمین سے



کے ماہرین فلکیات اس سیارے کو زمین کا ”جڑواں“ قرار دے رہے ہیں۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ اس سے پہلے زمین سے اتنا مشابہہ سیارہ دریافت نہیں ہوا ہے۔ ناسا کے ماہرین فلکیات کے مطابق کیسپیلر 22 بی نامی سیارہ زمین سے چھ سو ذریعہ سال کے فاصلے پر ہے، اس کا حجم زمین سے دو اعشاریہ چار فیصد زیادہ ہے۔ ایک توری سال دس ٹریلیئن کلومیٹر کے برابر ہوتا ہے۔ کیسپیلر 22 بی اپنے سورج سے زمین کی نسبت پندرہ فیصد کم فاصلے پر ہے اور اس کا سال 290 دنوں کا ہے۔ لیکن کیسپیلر 22 بی کا سورج اسے زمین کے سورج کی نسبت 25 فیصد کم حرارت مہیا کرتا ہے۔ ماہرین کے مطابق کیسپیلر 22 بی کا درجہ حرارت پائیس سینٹی گریڈ ہے جو خوشگوار موسم اور مائع پانی کی موجودگی کا اشارہ دیتا ہے۔

کر رہی ہے جس کے ذریعے سورج کو براہ راست لفظوں میں تبدیل کرتے ہوئے انٹرنیٹ پر سرچ اور سرچنگ کی جاسکے گی ہے اور اس کے لیے ہاتھوں کی حرکات و سکنات کی ضرورت بھی نہیں ہوگی۔ سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ یہ سسٹم اب تک کا سب سے جدید ترین سسٹم ہوگا اور انٹرنیٹ کی دنیا میں ایک زبردست انقلاب کا باعث بنے گا۔ سائنسدان انسانی دماغ اور اس کی کارکردگی پر مبنی نہایت تفصیلی نقشہ تیار کر رہے ہیں جو الگ الگ لفظوں کی تشریح بھی کرے



دھات کی تالیوں کو جالی نما طریقے سے بن کر بنایا گیا ہے۔ محققین کے مطابق یہ اسٹارو فوم سے سو گنا ہلکا ہے اور اس میں توانائی جذب کرنے کی انتہائی صلاحیت ہے۔ اس میٹریل کو مستقبل کی بیٹریز اور شاک ایزررز میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔ تحقیقاتی ٹیم کے ٹوئس شیڈرز کا کہنا ہے کہ اسے بنانے کے لیے ضروری یہ میٹریل لطیف اور کھوکھلی

گا اور پھر ان لفظوں کو اس شخص کی دماغی کارکردگی سے جوڑا جائے گا جو کمپیوٹر استعمال کر رہا ہوگا۔ دنیا کا سب سے ہلکا میٹریل امریکی سائنسدانوں کے ایک گروپ نے دنیا کے سب سے ہلکے میٹریل کی تیاری کا دعویٰ کیا ہے۔

یہ میٹریل لطیف اور کھوکھلی

ان گلیشئرز کا پانچواں حصہ کھیل چکا رپورٹ میں پہلی مرتبہ عالمی سطح پر باضابطہ گلیشئرز کھیلنے

کیا گیا ہے۔ کی تصدیق کی گئی اور خبردار کیا گیا ہے کہ اس سے پورا خطہ پہلے سیلاب اور پھر سخت خشک سالی سے دوچار ہو جائے گا۔ گلیشئرز کی وجہ سے یہ خطہ 1.3 ارب انسانوں کی خوراک اور توانائی کی ضروریات پوری کرتا ہے۔ سائنسدانوں کے مطابق 30 برس میں



صرف سورج کے ذریعے انٹرنیٹ پر اپنی مطلوبہ سائٹ کھولنا پھر سرچنگ کرنا بہت جلد ممکن ہونے والا ہے کیونکہ سائنسدانوں نے حال ہی میں دعویٰ کیا ہے کہ وہ ایسے کمپیوٹرز کی تیاری میں مصروف ہیں جو انسانی سورج کو پڑھ سکیں گے۔ انٹیل کارپوریشن کی ایک ٹیم ایسی جدید ٹیکنالوجی پر کام

اندریش ہے کہ 2035ء تک یہ صفحہ ہستی سے مٹ جائیں گے۔ یہ انکشاف انٹرنیشنل سینٹر برائے ماؤنٹین ڈیولپمنٹ کھنڈو کی جانب سے بیرونی افریقہ کے شہر ڈربن میں اقوام متحدہ کے زیر اہتمام ماحولیاتی سیمینار کے موقع پر جاری کی گئی رپورٹ میں

انٹرنیشنل سینٹر برائے ماؤنٹین ڈیولپمنٹ کھنڈو کی جانب سے بیرونی افریقہ کے شہر ڈربن میں اقوام متحدہ کے زیر اہتمام ماحولیاتی سیمینار کے موقع پر جاری کی گئی رپورٹ میں



اس ماہ کا بہترین شعر

ماہوسیوں کا ذکر بھی اے دل حرام ہے
ممکن نہیں کہ شام ہو لیکن سحر نہ ہو
(مرسلہ: فہمیدہ نیل۔ کراچی)

آج چھپڑو نہ شب غم کا ذکر رہنے دو
اشک ڈھل جائیں گے، ڈھل جائیں گی ان کی صورت
(مرسلہ: حناہ علی۔ لاہور)
مردمیوں کا ذکر مسلسل نہ کیجیے
دل کو اُداس کیجیے، پاگل نہ کیجیے
(مرسلہ: عرفان ادریس۔ ساہیوال)
بلندی مل نہیں سکتی انہیں جو فخر کرتے ہیں
بلندی ہے انہی کی، جو خدا کا ذکر کرتے ہیں
(مرسلہ: ملک فہد۔ منڈی بہاؤ الدین)
ہیں مبارک وہ تھکلیں کہ جہاں
ذکر رب صبح و شام ہوتا ہے
(مرسلہ: تادیہ متین۔ کوئٹہ)

مارچ 2012ء کے اشعار کے لیے منتخب لفظ ”الفت“ ہے۔
قارئین اس لفظ پر مشتمل منتخب معیاری اشعار اس ماہ کی
آخری تاریخ تک ارسال کر دیں۔

ہمارا ذکر ہے دیمک زوہ کتابوں میں
اہم اہل علم و ہنر تھے مثال سے بھی گئے
(مرسلہ: ندیم خان۔ کراچی)

سحر کا ذکر ستاروں کی بات ہی نہ ہوئی
وہ آئے جب سے میرے گھر میں، رات ہی نہ ہوئی
(مرسلہ: بردا۔ کراچی)

میں نہیں ہوں بھی تو کیا، ذکر تو ہوتا ہے مرا
دور رہ کر بھی تری بزم میں شامل ہوں میں
(مرسلہ: فرحان لودھی۔ کراچی)

نہ ذکر عنوان نہ حرف مطلب، ادھر خوشی ادھر تقاض
تو پھر یہ افسانہ محبت زبان زو خاص و عام کیوں ہے
(مرسلہ: ولید مبین۔ ایبٹ آباد)

خفا ہوتے ہو کیوں عہد وفا کے ذکر پر سچ ہے
نہ تم وعدہ خلافتوں میں نہ ہم بے اعتباروں میں
(مرسلہ: نوسیم خالد۔ سکھر)

پھولوں سے تعلق تو اب بھی ہے مگر اتنا
جب ذکر بہار آیا تجھے کہ بہار آئی
(مرسلہ: فرزاد حمید۔ حیدرآباد)

مجھے خبر نہیں یہ شاعری ہے یا کچھ اور
عطا ہوا ہے مجھے ذکر و فکر و جذب و سرور
(مرسلہ: علی جنید۔ کراچی)

یہ بچیوں کا تسلسل یہ قلب کی دھوکن
کسی جگہ تو میرا ذکر ہو رہا ہوگا
(مرسلہ: ندان اختر۔ کراچی)

تُو تو سرمایہ ہستی ہے، ترا ذکر ہی کیا
ہم تو دشمن کو بھی اے دوست دعا دیتے ہیں
(مرسلہ: فرحان علی۔ لاہور)

حضرت قلندر باباؒ

فرماتے ہیں:

اُس وقت تک تمہیں اپنے نفس کا عرفان
نصیب نہیں ہوگا جب تک تم اپنی ذات کے
نفسی نہیں کر دیتے، بندہ جب اپنے شعوری علم
کے نفسی کر دیتا ہے تو اس پر لاشعوری دنیا کا
دروازہ کھل جاتا ہے۔

مراقبہ ہال اسلام آباد

نگران: قاضی مقصود احمد

موہڑہ کالو، موضع ہمک، سوال کیپ، اسلام آباد

برائے رابطہ: قاضی مارکیٹ، مرید حسن، پوسٹ آفس کوٹراکونی،

راولپنڈی۔ پوسٹ کوڈ 46000

فون: 9546355-0300

میری پسندیدہ کتاب

مغربی معاشرے اور خواتین کے حقوق

انقلاب فرانس کے بعد میں عورتوں کی تحظیب جس طرح کچی تھیں، سیاسی سرگرمیوں میں حصہ لینے والی عورتیں جس طرح جلاوطن ہونے پر مجبور ہوئیں، یہ تمام باتیں تاریخ کا حصہ ہیں، اس کے باوجود 1851ء کے جیروں کیوں میں فرانسیسی عورتوں نے، مردوں کے شانہ بشانہ جان دی۔

فرانسیسی عورت کو 1870ء میں یونیورسٹیوں میں داخلے کی اجازت ملی۔ 1875ء میں اسے طب اور 1900ء میں وکالت کو بطور پیشہ اختیار کرنے کا حق ملا۔ 1970ء میں وہ لیبر ورک فورس کا 33 فیصد تھی۔ 1965ء تک کوئی فرانسیسی عورت ذاتی بینک اکاؤنٹ رکھنے کی مجاز نہ تھی۔

1969ء میں اسے یہ اجازت ملی کہ وہ اپنے بچوں کی تعلیم و تربیت میں لہجی رائے دے سکے، تاہم اگر اس مسئلے پر اس کا شوہر اس سے مختلف رائے رکھتا ہو تو شوہر کی رائے بالا تصور کی گئی۔

سرمایہ دارانہ نظام کے تحت چلنے والے برطانیہ کا حال بھی اس سے کچھ زیادہ مختلف نہیں رہا۔ صنعتی انقلاب کے رونما ہونے کے بعد برطانوی سرمایہ داروں کو عورتوں اور بچوں کی بھی بطور کارکن اشد ضرورت پڑی چنانچہ بے شمار عورتیں مختلف کارخانوں اور کانوں میں کام کرنے لگیں لیکن ان جگہوں پر کام کا ماحول اتنا غیر صحت مند، اوقات کار اتنے طویل اور جرات مندی کم تھی کہ بعض ضرورت مند اور فاقہ کش عورتوں نے طوائف بن جانے کو ترجیح دی۔ 1857ء اور 1893ء کے دوران عورتوں کے بڑے بڑے مظاہروں اور دھڑوں کے بعد برطانوی عورت کو جائیداد اور کھنے کا حق ملا۔ غیر شادی شدہ برطانوی عورت کو 1869ء میں بلدیاتی انتخابات میں ووٹ ڈالنے کی اجازت دی گئی تاہم قومی انتخابات میں حصہ لینے کا حق برطانوی عورت کو 1881ء میں ملا۔ وہ بھی اس شرط پر کہ اگر اس کی عمر 30 برس ہو جبکہ مرد کے لیے ووٹ ڈالنے کی عمر 21 برس تھی۔ مسلسل جدوجہد کے بعد 1928ء میں برطانوی عورت 21 برس کی عمر میں ووٹ ڈالنے کی اہل قرار پائی۔ ہم

1971ء کے اعداد و شمار پر نظر ڈالیں تو چار صد خواتین وکیل، فیصد ڈیٹمنٹ، 1 فیصد ڈاکٹر، 0.00 فیصد انجینئر چھ فیصد سائنسدان۔

اسی طرح جب ہم امریکی سماج میں عورت کی حیثیت کا جائزہ لیتے ہیں تو 1872ء میں امریکی سپریم کورٹ کے جج کے یہ ریمارکس پڑھتے ہیں کہ:

”عورت چونکہ فطرتاً نازک اور کمزور دل ہے اس لیے اسے شہری زندگی کے متعدد شعبوں کو اختیار کرنے کی اجازت نہیں دی جاسکتی۔“

یہ درست ہے کہ امریکی قانون کے مطابق عورتوں کے خلاف اب امتیازی رویہ بہت کم اختیار کیا جاتا ہے، اس کے باوجود حقیقی صورتحال یہ ہے کہ 1974ء کے اعداد و شمار کے مطابق غربت کا شکار ہونے والے سفید فام مرد امریکی سماج کا چھ فیصد تھے، سفید فام عورت 25 فیصد اور سیاہ فام عورت 53 فیصد تھی۔ سفید فام مرد کی تنخواہ سو فیصد تھی تو سیاہ فام مرد کی 74 فیصد، سفید فام عورت کی 57 فیصد اور سیاہ فام عورت کی 54 فیصد۔ 1970ء میں امریکی ڈاکٹر عورتیں، مرد امریکی ڈاکٹروں کی نسبت 39 فیصد کم تنخواہ پارہی تھیں جبکہ وکیل 48 فیصد کم۔ خواتین انجینئروں کی تنخواہ مرد انجینئروں کی نسبت 73 فیصد کم تھی۔ سوشل سائنسٹ 58 فیصد کم اور کالج یا یونیورسٹیوں میں پڑھانے والے ٹیچروں کی تنخواہ اپنے مرد ساتھیوں کی نسبت 55 فیصد کم تھی۔

وہ ملازمین جن میں تنخواہیں بہت کم ہیں ان میں آج بھی آپ کو عورتیں ہی کام کرتی نظر آئیں گی اور بعض حالات میں تو وہ ان شعبوں میں 95 فیصد اور 85 فیصد تک نظر آئیں گی جبکہ متعدد ایسے معزز اور عمدہ تنخواہ والے شعبے ہیں جن میں آج بھی عورت ایک فیصد بھی موجود نہیں۔ 1974ء کے اعداد و شمار کے ہی مطابق اس وقت امریکہ میں چار فیصد خواتین وکیل تھیں، سات فیصد ڈاکٹر، ایک فیصد انجینئر اور سات فیصد سائنسدان۔

(اقتباس: عورت زندگی کا زندان۔ زاہدہ حنا)

مرسلہ: محمد اصغر علی۔ لاہور)

یادگار پھینٹی

میں چھوٹا سا تھا، دوسری یا تیسری میں ہوں گا۔ گاؤں سے باہر دیگر بچوں سے کھیل رہا تھا کہ بابا لال دین اپنی بکری چراتے ملے، (اولاد دین سے محروم، ضعیف العمر بابا لال دین اپنی بوڑھی بیوی کے بھی واحد کفیل تھے۔ لوگ انہیں لالو یا بابا لال دین بھی کہتے تھے) بچوں نے پہلے لال دین کا مذاق اڑایا، ان پر آوازے کئے، گالیاں بھی دیں پھر بکری کو ڈھیلے مارنا شروع کر دیے جو بابا لال دین کو بھی لگے۔ میں نے یہ سب کچھ تو نہیں کیا، تاہم لڑکوں کو روکا بھی نہیں، ان کے ساتھ ساتھ ہنستا بھی رہا اور یہ جملہ بھی کہہ ڈالا ”لالو بکری چراکے آیا میں“ (لالو بکری چراکے آئے ہو) بچوں کا شغل ختم ہوا اور وہ اپنے اپنے گھروں کو چلے گئے۔ بات آئی گئی ہو گئی۔

دوسرے یا شاید تیسرے دن بی بی اور میں بیرونی صحن میں باہر کے سے اتار رہے تھے کہ بابا لال دین پاس آکر کھری پر بیٹھ گئے۔ مجھے یاد بھی نہیں تھا کہ بابا لال دین کیوں آئے ہیں، ایک تو ان کی آواز مدہم تھی، دوسرے وہ ناک میں بولتے تھے، مجھے ان کی بات سنائی نہیں دے رہی تھی یا شاید میں غور سے سن ہی نہیں رہا تھا۔ اتنا سن پایا، وہ کہہ رہے تھے ”دوسرے لڑکوں نے میرا مذاق اڑایا، گالیاں دیں اور ڈھیلے بھی مارے، مجھے کوئی دکھ نہیں ہوا، تمہارے بیٹے نے جب مجھے ”لالو“ کہا تو مجھے بڑی تکلیف ہوئی۔ میں سوچنے لگا اس کی ماں ایسی ہے نہ باپ، یہ بھانجے کس پر گیا ہے۔“



سلسلہ عظیمیہ کے امام

حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

متقی سے وہ انسان مراد ہے جو سمجھنے

میں بڑی احتیاط سے کام لیتا ہے۔ ساتھ ہی

بدگمانی کو راہ نہیں دیتا۔ وہ اللہ کے معاملے

میں اتنا محتاط ہوتا ہے کہ کائنات کا کوئی روپ

اسے دھوکا نہیں دے سکتا۔

مراقبہ ہال (برائے خواتین) راولپنڈی

نگراں: انور سلطان

موہڑہ کالو، موضع ہمک، سوال کیمپ، اسلام آباد

برائے رابطہ: قاضی مارکیٹ، کوثر کالونی، مرید حسن، راولپنڈی۔

پوسٹ کوڈ 46000

فون: 0321-5829982

بابالال دین یہی کہہ پائے تھے کہ بی بی نے بغیر کچھ کہے، پاؤں سے سلیر اتار اور میری خوب خوب مرمت شروع کر دی، انہوں نے زبان سے کچھ نہ کہا، مگر سلیر والا ہاتھ برابر چلتا رہا۔ یہ سب کچھ اتنا آناٹا تھا اور غیر معمولی تھا یا پھر پیرانہ عقیدت کہ مارے بیچنے کے لیے کوئی طفلانہ حرکت تک میرے ذہن میں نہیں آئی۔ میں چپکے سے بیٹھا متواتر کھاتا رہا۔ خیر! بابالال دین ہی نے مجھے چھڑایا۔ بی بی کے علم پر میں نے بابالال دین اور پھر بی بی سے بھی معافی مانگی اور آئندہ ایسی حرکت نہ کرنے کا وعدہ کیا۔ الحمد للہ وہ دن اور آج کا دن، بی بی کی وہ یادگار پھینٹی میرے کام آرہی ہے، میرے کام سنوار رہی ہے۔ بڑوں کا احترام تو ہے ہی، میں نے چھوٹوں کو بھی ہمیشہ عزت ہی دی ہے۔ میری اس عادت نے مجھے جو لطف اور خوشی بخشی ہے اسے بھی لفظوں میں بیان نہیں کیا جاسکتا، جو فائدے پہنچائے ہیں انہیں بھی شمار نہیں کیا جاسکتا۔

(اقتباس: گسالی۔ مشتاق احمد گسالی)

مرحلہ: محمد شاکر شہزاد۔ ملتان)

ناک

کچھ لوگ بالکل ناک میں بولتے ہیں، کئی ناک کے ذریعے خراٹے لیتے ہیں۔ کچھ ہمیشہ ناک کی سیوہ میں چلتے ہیں۔ کئیوں کو ناک میں نکلیں ڈال کر مطیع کیا جاتا ہے۔ انسان ناک ٹھس کر نہیں کرتا ہے۔ توبہ کرتے وقت ناک رگڑتا ہے۔ ناک میں دم آجائے تو ناک سے تین سیدھی گلیں کھینچتا ہے۔ خاندان کی ناک بنا رہتا ہے۔ اپنی ناک پر کسی تک نہیں بیٹھنے دیتا۔ کسی کی بیوہ حرکت سے خاندان کی ناک کٹ جاتی ہے۔ موم کی ناک کو جدھر چاہو موڑو۔ ناک کا بال ناک سے زیادہ قیمتی ہوتا ہے۔ بعض لوگ دوسروں کے معاملے میں خواہ مخواہ اپنی ناک ٹھوس دیتے ہیں۔

ناک صرف سو گھنٹے کے لیے ہے۔ بہت سے لوگ اپنی ناک سے ہی بہت کچھ ہٹا جاتے ہیں۔ ایک دو جانوروں کو چھوڑ کر سب کے تنھے ہوتے ہیں۔ مکمل ناک صرف انسان کے حصے میں آئی ہے۔ پھر بھی جانوروں کی قوت شامہ، دم سے تیز ہے۔ میں اس بات پر زور دینا چاہتا ہوں کہ ناک ہی فساد کی جڑ ہے۔ اسی سے دوستی لوتی ہے، لڑائیاں ہوتی ہیں، کنبوں میں بھوت پڑتی ہے۔ جنگوں کی اصل وجہ ناک ہے۔

(اقتباس: انسانی تماشہ۔ شفیق الرحمن)

مرحلہ: محمد حیدر نقوی۔ اسلام آباد)

کتاب زندگی کی بہترین دوست ہے، جو فتاری کو دنیا جہان کی سیر کراتی ہے، اس پر علم کے نئے نئے ذروا کرتی ہے، ذہن و فہم کو جلا بخشتی ہے۔ بعض کتب ایسی بھی ہوتی ہیں جن کا اثر ساری زندگی فتاری کے ذہن پر قائم رہتا ہے۔ اگر آپ کی بھی کوئی ایسی پسندیدہ کتاب ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے ان صفحات کے ذریعہ فتارین کو اپنی پسند سے آگاہ کر سکتے ہیں۔

روزانہ ڈائجسٹ



نوجوان کسی بھی قوم کا سرمایہ ہوتے ہیں۔ ہمارے ملک میں باصلاحیت نوجوانوں کی کمی نہیں ہے۔ ”روحانی ایک راز نزل کتب“ کے زیر اہتمام ہم نئے لکھنے والے نوجوانوں کو طبع زاد دلچسپ، با مقصد، معلوماتی، سائنسی اور روحانی مضامین یا کہانیاں لکھنے کی دعوت دیتے ہیں۔ قلم اٹھائیے اور اپنے خیالات کو قلم کا سر پر منتقل کر دیجئے۔ اپنی نگارشات کے ساتھ روحانی ایک راز نزل کتب کا نوٹن ہڈ کر کے اپنے تعلیمی ادارے کے شائق کارڈ کی فونو کا پی اور ایک عدد حالیہ پاسپورٹ سائز تصویر ارسال کریں۔ آپ کی نگارشات ہمارے معیار پر پوری اتریں تو ہم روحانی ڈائجسٹ کے اوراق کی زینت بنا سکیں گے۔ مضامین قابل اشاعت ہوں یا ناقابل اشاعت دونوں صورتوں میں سؤدہ واپس نہیں کیا جائے گا۔

سرورے کے مطابق پاکستان میں 13 فیصد نوجوان نفاذی مریض بن چکے ہیں۔

دل لگا کر تعلیم حاصل کرنے والے ان نوجوانوں نے اپنا تعلیمی دور خوبوں کی نگری میں ریاضت کر کے گزارا ہوتا ہے اور انہیں امید ہوتی ہے کہ ادھر ان کی تعلیم ختم ہوگی تو انہیں کوئی اچھی ملازمت مل جائے گی، مگر اقربا پروری، ملازمتوں کے فقدان، طبقاتی استحصال، سرخ فیض، رشوت اور سفارش کچھ کی وجہ سے انہیں مایوسی ہوتی ہے۔ اس کا نتیجہ دو صورتوں میں نکلتا ہے، یا تو وہ نوجوان معاشرے سے ناراض ہو جاتا ہے اور اپنی تمام محرومیوں کا ذمہ دار معاشرے کو سمجھتے ہوئے انتقام پر اتر آتا ہے اور جرائم کی راہ پر چل پڑتا ہے یا پھر وہ نوجوان مایوس ہو کر الگ تھلک بیٹھ جاتا ہے یوں معاشرہ اور ملک اس کی صلاحیتوں سے یکسر محروم ہو جاتے ہیں۔ اس کی انتہائی شکل اقدام خود کشی ہے۔

نوجوانوں میں ڈپریشن کے وجوہات

(قرعہ جاس۔ نوپ۔ ٹیک سنگھ)

پاکستان میں جب سرمایہ دارانہ نظام نے ترقی کی ہے تو طبقات (Classes) نے جنم لیا ہے، اور یہ بھی ایک اہم وجہ ہے کہ نوجوان نسل شدید قسم کی ڈپریشن اور بے چینی کا شکار ہے۔ ایک عام اور سادہ ذہن کا نوجوان جب کچھ لوگوں کو معاشی اور سماجی اعتبار سے ترقی کی معرینہ پر دیکھتا ہے تو حیران ہوتا ہے کہ اتنی ساری دولت ان لوگوں کے پاس کہاں سے آئی...؟ وہ جو بارہ چودہ سال تک تعلیم حاصل کرنے کے بعد ایسا کوئی ذریعہ نہیں پاتا جس سے جلد ان اے کلاس افراد کا مقابلہ کر سکے، تو نتیجتاً مایوس ہو جاتا ہے اور مایوسی اگر اپنی انتہا پر پہنچ جائے تو پھر بعض نوجوانوں کو ابتدئل کر دیتی ہے۔ ایک بین الاقوامی

جنوری ۲۰۱۲ء

امام سلسلہ عظیمیہ

حضور قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں:

جس طرح ہمارا دوست خدا ہم سے اور کائنات میں موجود ساری مخلوقات سے محبت کرتا ہے ہم بھی اس کی مخلوق سے محبت کریں۔ جس طرح ہمارا دوست خدا مخلوق کے کام آتا ہے، اسی طرح ہم بھی اس کی مخلوق کی خدمت کریں۔

سراقبہ ہال حیدرآباد

نگراں: ممتاز علی

گلشن شہباز، نزد ٹول پلازہ، سپر ہائی وے حیدرآباد۔

برائے رابطہ: C/237، بلاک E لطیف آباد نمبر 9، حیدرآباد۔

پوسٹ کوڈ 71800

فون: 0333-2695331

ایک جان دو قالب

”یک جان دو قالب“ کا
محاورہ انتہائی قدیم ہے
مقامی زبان اردو اس کا
مطلب بالعموم سب یہ
سمجھتے ہیں کہ ”دو افراد
جو آپس میں بہت
گہرے دوست ہوتے
ہیں، ایک کے بغیر دوسرا نہیں رہ سکتا

ورنہ پھر وہی ”آئیل۔ مجھے مار“ والی حرکت ہو جائے گی۔
”یک جان دو قالب“ پر ایک جان تین قالب والی
بات اس لیے یاد آئی کہ امریکہ میں ایک 46 سالہ شخص کو
تین دل لگائے گئے۔ یا یوں کہیں کہ ایک مہینہ کے دوران
اس کے تین مرتبہ دل تبدیل کیے گئے۔ اب ڈاکٹروں کے
مطابق یکے بعد دیگرے دل ناکام ہوتے چلے گئے تو انہیں
بدلانا پڑا۔ دراصل بدلے دل مصنوعی تھے۔ اب ماہرین طب کا
کہنا ہے کہ یہ تیسرا دل بھی دو مہینوں سے زیادہ چل نہیں
سکتا، لہذا چاہے تو وہ چوتھا دل لگوائے۔
ڈاکٹروں کا یہ بھی کہنا ہے کہ اس مرتبہ ذرا
مشکل ہی ہے، ہاں اگر انسانی دل لگایا جائے تو پھر اس
کی زندگی کی ضمانت دی جاسکتی ہے۔

جستہ جستہ

”گویا وہ ”دل“ کے معاملے میں ایک
ہوتے ہیں۔ دونوں کا دل ایک ہی بات
کے کرنے کو کہتا ہے۔ چنانچہ یہ ”دو جان ایک قالب
” کہلائے جاسکتے ہیں۔

حقیقت تو یہ ہے کہ نہ دل ایک ہوتا ہے نہ جان ایک
ہوتی ہے۔ ”دو جان دو قالب“ ہوتے ہیں۔ محاوروں پر
تعمیر نہیں کی جاسکتی۔ نہ اس میں بحث و
مباحث کی کوئی گنجائش ہے۔
مثلاً ”آئیل۔ مجھے مار“ اس میں عملاً نہ بتل ہوتا ہے نہ
مارنے کے لیے بلایا جاتا ہے۔ پھر بھی اپنے ہاتھوں لائی
ہوئی مصیبت پر پیشیاں ہو کر آدمی یہی محاورہ بولتا ہے۔
بہر حال یہ محاوروں کی اپنی زبان اور اپنا انداز ہے، ان پر
آج تک کسی نے منہ کھولا ہے نہ کسی میں اس کی ہمت ہے،

یہاں ہندوستان اور پاکستان میں یہ حال ہے کہ لوگ
ایک دل سے ہی پریشان ہیں۔ اگر یہاں کوئی ایسی صورت
پیدا ہو جائے تو کوئی بھی تیسرا تو
چھوڑیے دوسرا دل بھی لگانے کے لیے
آمادہ نہ ہو۔ دل کا لگانا کوئی دل لگی نہیں ہے۔ پہلے تو
ہمارے یہاں دل لگانے کے لیے مہینوں، برسوں صرف
تاک جھانک پر اکتفا کرنا پڑتا ہے۔ اگر ان کے کسی بزرگ
نے دیکھ لیا تو پھر دل پر اتنی زور سے لگاتا ہے کہ نانی ہی یاد
آجائے۔ اسی لیے ہمارے ہاں لوگ ایک ہی دل کو غنیمت

دوران تعلیم ہر جگہ یہی پرہایا اور بتایا جاتا ہے کہ
میشہ انصاف کا ہی بول بالا ہوتا ہے، سب لوگ برابر
ہیں، کوئی بڑا چھوٹا نہیں، استحصال کرنے والے ظالم
ہیں، چور بازاری لعنت ہے اور اس میں شریک ہونے
والا عذر ہے۔

لیکن جب وہی نوجوان عملی میدان میں آکر اپنے ارد
گرد دیکھتا ہے تو ایسی سب باتیں محض زبانی دعوے نظر
آتی ہیں۔ بعض اوقات تو اس کھلے تضاد کی بدولت کچھ
نوجوان تعلیم ادھوری چھوڑ کر ہی بھاگ جاتے ہیں۔
ان مسائل کا حل سرمایہ دارانہ نظام کی حوصلہ شکنی
ہے۔ کچھ شک نہیں کہ اس نظام کی بدولت ہم زندگی کی
نت نئی آسائشوں سے ہمکنار ہوتے ہیں، لیکن یہ چونکہ
استحصالی معاشرے کی پیداوار ہے اور بہت جلد طبقاتی
فاصلے پیدا کرتا ہے، اس لیے اس کے مضمرات سے آگاہی
لازم ہے۔

نوجوانوں کو خالصتاً اخلاقی اور رضا کارانہ بنیادوں پر
تیار کیا جائے اور ان کو بتایا جائے کہ ان کے مسائل صرف
روپے پیسے سے حل نہیں ہوں گے بلکہ اس وقت حل ہوں
گے جب وہ اپنی ذمہ داریوں کو بطریق احسن پورا کریں
گے۔

پاکستان کا سیاسی نظام صرف چند لوگوں کی حوصلہ
افزائی کرتا ہے اور ایک مخصوص طبقے کا نمائندہ ہے۔ یہ
نظام توڑنا چھوڑنا امر محال ہے، اس لیے حل کے لیے محض
سہی کی جاسکتی ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ اقربا
پروری ختم ہو، ملازمتیں عام ہوں، رشوت، سفارش کا
خاتمہ ہو، تب نوجوانوں کے اندر تحفظ کا احساس ہوگا اور وہ
ترقی کی راہ پر گامزن ہوں گے۔ تمام نوجوانوں کو ان کی
اہلیت کے مطابق ملازمتیں ملیں گی تو وہ ذوق و شوق سے
اپنے فرائض کی ادائیگی کریں گے۔ اور یوں، ترقی کا عمل

☆

ایک معلوماتی
اور مفید رسالہ
ہے۔ اسے اپنے
حلقہ احباب میں بھی
متعارف کرائیے.....

ULTIMATE ANSWER TO YOUR MEDIA NEEDS.

سند کا کثیر الاشاعت مقبول اردو اخبار

Daily JURA'AT Karachi
روزنامہ جرات
جنرل ایڈیٹر: محمد امجد علی
کراچی

الأخبار

جدت

مسیحا

جرات ہاؤس۔ آئی آئی چندر نگر روڈ کراچی فون: 32637641-4 فیکس: 32212613
ای میل: URL: www.juraat.com // juraat@juraat.com

نو آموز لکھنے والے متوجہ ہوں

اگر آپ کو مضمون نگاری یا کہانی نویسی کا شوق ہے

اور اب تک آپ

کو اپنی صلاحیتوں

کے اظہار کا موقع

نہیں مل سکا ہے تو

روحانی ڈائجسٹ

کے لئے قلم

اٹھائیے۔۔۔۔۔

یہ خیال رہے کہ

موضوع اور

تحریری حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس

کریں۔ آپ طبع زاد تحریروں کے علاوہ تراجم بھی

ارسال سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد کی

فوتو اسٹیٹ کا پی منسلک کرنا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ

کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔

مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں کیونکہ اشاعت

یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں مسودہ واپس نہیں

کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات کو تحریری

زبان دیجئے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پلک سنوارنا ادارہ کی

ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین

روحانی ڈائجسٹ،

1-7/1، ناظم آباد۔ کراچی

مجھ کو زندگی نکال دیے ہیں۔

اگر تینوں دل ایک ساتھ لگائے پڑ جائیں تو پھر سوچنا

پڑے گا کہ آخر امریکہ کا یہ باشندہ تین دل سے کرے گا

کیا....؟

ایک دل تو ایک پر آتا ہے اور تین دل بھی مل کر یہی

ام کرتے ہیں۔ کوئی کام کرنا ہو تو ایک دل ”ہاں“ کہے اور

دوسرا ”نہ“ اور تیسرا ”نہ یہ نہ وہ“ کہے تو پھر کیا ہو گا۔ ہم

بیچارے تو ایک ہی دل کی ماں بنتے ہیں اور اس پر عمل کرتے

ہیں۔ تین دل والا تو تین قسم کی باتوں سے ”تین میں رہے

گا تیرہ میں“.... آج کی پریشان حال زندگی میں ایک ہی

دل نے پریشان کر رکھا ہے۔ دماغ سے کوئی کام نہیں لیتا۔

دماغ بیچارے کو ہمنے آرام کی نیند سلا دیا ہے۔ دل کچھ

کہے اور دماغ کچھ کہے تو بڑوں کا کہنا ہے کہ ”دماغ“ کی مانو۔

یہاں دماغ تو بے نہیں، بس دل جو یک رہا ہے، جدھر لے

چل رہا ہے اوہر ہی چل رہے ہیں۔ دماغ کہتا ہے ”دیکھ

لڑائی جھگڑا امت کر، ٹوہیاں نہ اچھال“ دل کہتا ہے ”ارے

اور مزہ تو اسی میں ہے“۔ دل شاید شیطان کے تابع ہو گیا

ہے جسے خود لڑنے سے زیادہ لڑانے میں مزہ آتا ہے،

کرنے سے زیادہ کروانے میں مزہ آتا ہے اور یہی حضرت

دل ہیں جو ہر کسی کے بہکادے میں آجاتے ہیں۔ حضرت

دل بہت معصوم ہوتے ہیں۔ وہ دور کی کوڑی لانا نہیں

جانتے، نہ دور اندیش ہوتے ہیں، نہ ماضی سے سبق سیکھتے

ہیں۔ وہ تو اسی طرف نکل پڑتے ہیں جس طرف شیطان

انہیں لے جانا چاہتا ہے۔

اب سوچیے کہ جب ایک دل نے دل کے ماروں کو

انتا پریشان اور بدنام رکھا ہے تو تین دل والے کا کیا حال

ہو گا۔ اس سے تو بہتر ہے کہ دل ہی نہ ہو۔ نہ رہے ہانس نہ

بیجے ہانسری۔



روزنامہ ڈائجسٹ

جنوری ۲۰۱۲ء



معلومات عالم

درج ذیل معلومات میں سے درست جوابات منتخب کر کے خالی جگہ اوروں کو پُر کریں اور پورا صفحہ ڈائجسٹ سے نکال کر اس ماہ کی آخری تاریخ تک ارسال کریں۔ اگر آپ کے جوابات درست ہوئے تو آپ کو معروف

روحانی اسکالر خواجہ غس الدین عظیمی کی ایک کتاب اُن کے آنوگراف کے ساتھ بطور انعام دی جائے گی۔ ایک سے زائد درست حل موصول ہونے پر فیملی قرضہ اندازی کے ذریعے کیا جائے گا۔

معلومات عالم، روحانی ڈائجسٹ،
1-D, 1/7 تاہم آباد، کراچی 74600

1- اذان میں تکبیر ”اللہ اکبر“ مرتبہ کئی جاتی ہے۔

(سچہ... آٹھ... حید)

2- قرآن پاک میں پیغمبر کے قہے کو ”حسن القصص“ کہا گیا ہے۔

(حضرت یعقوب... حضرت یوسف... حضرت یونس)

3- ابدال زبان کا لفظ ہے۔

(اردو... عربی... فارسی)

4- حضرت بہاء الدین زکریا کازرا پاکستان کے شہر میں واقع ہے۔

(ملتان... حیدرآباد... کراچی)

5- مرزا غالب کے اشعار کے مجموعے کا نام ہے۔

(غالب نامہ... دیوان غالب... کلام غالب)

6- قرار دو پاکستان شہر میں پیش کی گئی۔

(راولپنڈی... اسلام آباد... لاہور)

7- کے دوڑنے کی رفتار جانوروں میں سب سے تیز ہے۔

(چیتہ... لومسٹری... بھیڑیہ)

8- شلج کی بساط میں کل خانے ہوتے ہیں۔

(64... 58... 79)

حَسْبُكَ اللَّهُ

ترجمہ: ”ہمارے لیے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے۔“

(سورہ آل عمران: آیت 173)

سراقبہ ہال ملتان

نگران: کنور محمد طارق عظیمی

947/A، ممتاز آباد بی سی جی چوک، ملتان

پوسٹ کوڈ: 60600

فون نمبر: 061-6525331

جنوری ۲۰۱۷ء

ماہنامہ بہترین مضامین

روحانی ڈائجسٹ میں اپنے پسندیدہ مضامین کی نشاندہی کیجئے اور معروف روحانی اسکالر خواجہ شمس الدین عظیمی، ایک کتاب اُن کے آؤگراف کے ساتھ بطور انعام حاصل کیجئے۔ ذیل میں دیئے گئے کوپن کی خانہ پُر کی شرح بال پوائنٹ سے کریں اور اس ماہ کی آخری تاریخ تک ہمیں ارسال کر دیں۔ کوپن کی فوٹو اسٹیٹ قابل قبول نہیں ہوگی۔ فیصلہ قرعہ اندازی کے ذریعے کیا جائے گا۔ اپنی نگارشات اس پتے پر ارسال کریں۔

اس ماہ کے بہترین مضامین "روحانی ڈائجسٹ"، 1-D, 1/7-1 ناظم آباد، کراچی۔ 74600

--1
--2
--3
--4
--5

دین برائے معلوماتِ عالم (انعامی کوزہ) اس ماہ کے بہترین مضامین
(لفافہ پر انعامی مقابلہ ضرور تحریر فرمائیں)

نام..... ولدیت.....

عمر..... تعلیم..... پیشہ.....

مکمل پتہ.....

روحانی ڈائجسٹ



مفتی محمد نسیم امجدی

بچوں کا روحانی ڈائجسٹ

”روشن راہیں“

ایک کچھو اسفر پر نکلا۔ اس کو خیال آیا کہ کوئی ساتھی ملے تو سفر شروع کروں۔ اتفاق سے ایک خرگوش بھی اسی راستے پر جانے والا تھا۔ کچھو نے کہا کہ بھائی خرگوش! آؤ ہم تم ساتھ چلیں۔ خرگوش بے اختیار ہنسا اور بولا... ارے احق! کہاں تو رنگ رنگ کر گھنٹوں میں ایک ہالشت زمین چلتا ہے اور کہاں میں بجلی کی مانند لپکتا ہوں اور ہوا کی طرح اڑتا ہوں، بھلا میرا اور تیرا کیا ساتھ...؟ کچھو نے کہا... یہ درست ہے مگر منزل پر اللہ نے چاہا تو آپ سے پہلے ہی پہنچوں گا... یوں یہ طے پایا کہ جو ہارے گا اس کے کان کاٹے جائیں۔ کچھو آہستہ آہستہ چلنے لگا اور خرگوش تو دو چھلانگوں میں ہی نظروں سے غائب ہو گیا۔ کچھو دور آگے جا کر خرگوش نے سوچا جتنا فاصلہ میں طے کر چکا ہوں، شام تک تو یہاں کچھو کے کا آنا مشکل ہے، جلدی کیوں کروں چلو تھوڑی دیر سوچا جاتا ہوں۔ کچھو ابڑی دیر بعد گھسٹتا گھسٹتا آیا، دیکھا تو خرگوش پر اسور ہاتھ۔ رات گئے خرگوش جاگا تو کہنے لگا... واہ بھائی کچھو سے اب تک تشریف نہیں لائے۔

خرگوش جب منزل پر پہنچا تو اسے دیکھتے ہی کچھو اُور اُلکا اور بولا... لایے جناب اپنے کان...!

خرگوش یہ دیکھ کر حیران رہ گیا کہ کچھو وہاں پہلے سے ہی موجود ہے۔ خرگوش ڈم دبا کر وہاں سے بھاگ گیا... جا کہا ہے کئی بزرگ نے کہ....

”کبھی بھی خود کو برتر اور دوسروں کو حقیر نہیں سمجھنا چاہیے۔“

کافر جن اس طرح مر جائے گا... اچھا اب میں جاری ہوں، تم لوگ ایک بات یاد رکھنا کبھی غرور نہیں کرنا، جانوروں پر بھی رحم کرنا....
یہ بات کہہ کر پری غائب ہو گئی.... کلڑ ہارا اپنی بیٹی سرین کے ساتھ ہی خوشی زندگی گزارنے لگا۔



نیا سال

نیا سال لایا نئے ولولے!
دعا ہے کہ رحمت کے سائے تلے!
ہماری نئی نسل پھولے پھلے!
نیا سال لایا نئے ولولے!
مسلمان ہیں بھائی بھائی سبھی
نہ جائز ہے ان میں لڑائی کبھی
محبت کے ہوں پھر رواں قافلے!
نیا سال لایا نئے ولولے!
یہ نفرت، تعصب، یہ بغض و حسد
وطن سے مٹاؤ انہیں تا ابد!
چراغ محبت یہاں پر جلے!
نیا سال لایا نئے ولولے!
سدا پھول کا نغمہ گائیں گے ہم
محبت کا دریا بہائیں گے ہم!
جو اب ہمارے ہوئے حوصلے!
نیا سال لایا نئے ولولے!

(تتویر پھول)

لکھے ہی ایک زور دار دھماکہ ہوا اور ہر طرف سبز دھواں سا پھیل گیا۔ جب دھواں ختم ہوا تو کلڑ ہارا اور سرین ایک بڑے تخت پر بیٹھے تھے، دونوں نے کپڑے بھی شاہدہ پہنے ہوئے تھے۔ ان کے تخت کے سامنے ایک حسین پری کھڑی تھی۔ کلڑ ہارا کا حسین چہرہ دیکھ کر حیران ہوا، اسے زیادہ حیرت اس بات کی تھی کہ وہ چڑیا کہاں گئی اور وہ یہاں کیسے پہنچ گئے۔

”اے خوبصورت اور پیاری پری! یہ بتاؤ ہم یہاں کیسے پہنچے ہیں، تم کون ہو اور وہ چڑیا کہاں گئی...؟“
کلڑ ہارے نے ایک ہی سانس میں کئی سوال کر ڈالے۔

”سب سے پہلے سوال کا جواب یہ ہے کہ تمہیں میں نے یہاں پہنچایا ہے، دوسرے سوال کا جواب یہ ہے کہ میں شاہین پری ہوں اور ہاں وہ یہ کہ وہ چڑیا کہاں گئی؟ تو وہ میں ہی تھی۔“ پری نے اس کے تینوں سوال کے جواب دے دیے۔ سرین جواب تک خاموش تھی، بول اٹھی۔ ”اے خوبصورت پری، تم چڑیا کیسے بن گئی تھیں اور تمہارے ہمیں قیمتی لباس کیوں دیا ہے...؟“

”پیاری بچی، یہ ایک لمبی کہانی ہے، جب میں پرستان میں رہتی تھی، اس وقت ایک کافر جن نے مجھ سے شادی کرنے کی خواہش ظاہر کی مگر میں کسی بھی قیمت پر راضی نہیں تھی تو اس نے میرے سر میں جلاو کی کھیل شوٹنگ دی اور مجھے چڑیا بنا دیا اور اس جنگل میں قید کر دیا، تب میں نے خود سے وعدہ کیا تھا کہ جو مجھ کو چڑیا سے پری بنائے گا، میں اسے دولت مند بنا دوں گی، ایک دن میں ایک جنگل میں درخت پر بیٹھی ہوئی تھی کہ ایک عقاب نے مجھ پر حملہ کر دیا اور میں زخمی ہو کر تمہارے والد کے سامنے درخت کے نیچے گر گئی اور انہوں نے مجھے دوبارہ پری بنا دیا، اس طرح میں نے بھی اپنا وعدہ پورا کر دیا۔

اچھا اب ایک کام کرو کہ اس کھیل کو آگ میں جلا دو،

کیونکہ پہلے بھی کئی مرتبہ اس طرح ہوا تھا۔ وہ پریشان ہو کر باپ کی طرف بڑھنے لگی مگر جب اس نے اپنے باپ کے ہاتھ میں زخمی چڑیا دیکھی تو سمجھ گئی کہ اب اب اس کو دوا لگائیں گے۔

”سرین بیٹا چڑیا کو تھوڑا سا پانی تو پلاؤ، میں اس کے لیے جڑی بوٹی لے آتا ہوں۔“ کلڑ ہارے نے بڑے پیار سے چڑیا کو سرین کے ہاتھ میں دیا اور باہر چلا گیا۔ سرین نے چڑیا کو پانی پلایا، تھوڑی دیر بعد جب اس کا باپ لوٹا تو اس کے ہاتھ میں ایک جنگلی جڑی بوٹی تھی۔ اس کے باپ نے پہلے بوٹی کو کوا اور جب اس میں سے رس نکلا تو اسے چڑیا کے زخموں پر لگایا اور بیٹی کو اس کا خیال رکھنے کا کہہ کر خود کلڑیاں جمع کرنے چلا گیا۔ کچھ دن چڑیا کو دیکھ بھال میں گزار گئے مگر چڑیا اڑنے کے لائق نہیں ہوئی۔ کلڑ ہارا تو اپنے کام میں مصروف ہو کر چڑیا کو بھلا بیٹھا تھا مگر سرین پریشان تھی۔ اس دوران سرین جب بھی چڑیا کو دیکھتی تھی تو اسے یوں لگتا کہ شاید چڑیا کچھ کہنا چاہتی ہے مگر کہہ نہیں پاتی۔ ایک دن یوں ہی بیٹھے بیٹھے سرین نے چڑیا کو ہاتھ پر بٹھایا اور اس کے ماتھے پر پیار سے ہاتھ پھیرنے لگی۔ اچانک اس کو ایسا محسوس ہوا کہ چڑیا کے ماتھے میں کوئی کیل شوٹی ہوئی ہے۔ اس نے اپنا وہم سمجھ کر ٹالا مگر غور سے دیکھنے کے بعد سرین کو پتہ چلا کہ چڑیا کے سر میں واقعی کوئی کیل گئی ہوئی ہے۔ اس نے سوچا کہ میں اسے نکالوں مگر ابا جان ناراض ہوں گے اس لیے وہ اپنے والد کا انتظار کرنے لگی۔

سو دن غروب ہونے کے ساتھ ہی اس کا باپ گھر واپس آیا، سرین نے جلدی سے اپنے باپ کو ساری بات بتادی اور وہ کھیل بھی دکھائی جو چڑیا کے سر میں لگی ہوئی تھی۔ کلڑ ہارے نے ڈرتے ڈرتے چڑیا کے ماتھے سے وہ کیل نکالی، کیل کے

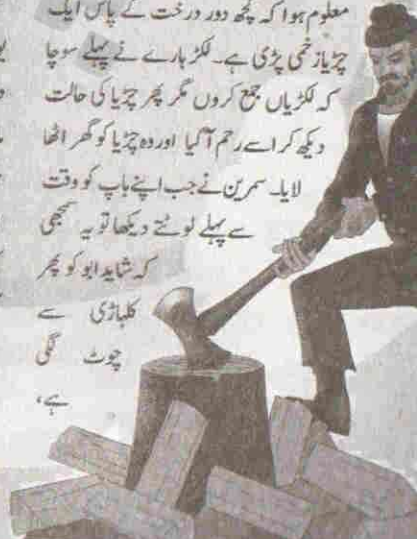
پیارے بچو! کسی جنگل کے کنارے ایک چھوٹا سا جمبو نیرا تھا، جس میں ایک کلڑ ہارا اپنی بیٹی سرین کے ساتھ رہتا تھا۔ اس کی بیوی، بیٹی



کلڑ ہارا رحم دل

مرسلہ: سارہ اسد - کراچی

ایک دن کلڑ ہارا کلڑیاں کاٹ رہا تھا کہ کسی پرندے نے چچھانے کی آواز آئی۔ کلڑ ہارے نے غور سے دیکھا تو معلوم ہوا کہ کچھ دور درخت کے پاس ایک چڑیا زخمی پڑی ہے۔ کلڑ ہارے نے پہلے سوچا کہ کلڑیاں جمع کروں مگر پھر چڑیا کی حالت دیکھ کر اسے رحم آ گیا اور وہ چڑیا کو گھر اٹھا لایا۔ سرین نے جب اپنے باپ کو وقت سے پہلے لوٹنے دیکھا تو یہ سمجھی کہ شاید ابو کو پھر کلہاڑی سے چوٹ لگی ہے،



پہیلیاں

سردی آئی...

☆4☆

موسم نے لی انگڑائی
شہر شہر کرتی سردی آئی
چلتی ہے، کھس، بالائی
سردی کیا کیا تھے لائی
☆5☆
دہلی تلی ہی اک رانی
کانپ رہے جو تم جو شہر
پانی اور تھے پانی
پہنو جلدی سے اک سویٹر
اور صحر کھیل اور رضائی
سردی کیا کیا تھے لائی
☆6☆
مخت کر کے خوب پر صحر تم
جلدی جلدی آگے بڑھو تم
پھول نے کیسی لقم ستائی
سردی کیا کیا تھے لائی
(مرسلہ: منیر حقیف۔ کراچی)

☆1☆

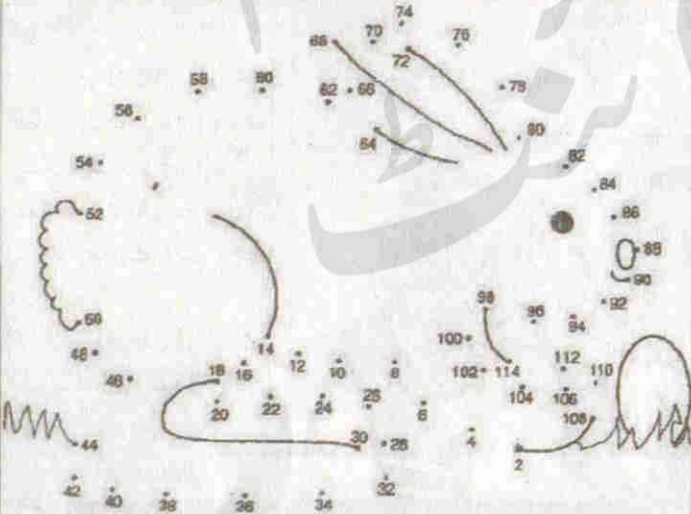
نہ منہ ہے نہ دانت
نہ منہ بھی ہوں خطرناک
ایک باپ ہے سو ہیں بیٹے
سب ڈرتے ہیں مجھ سے
گول مول سب ایک ہی جیسے
میں کاٹوں سب کا ہاتھ
چلتے ہیں وہ ایک ہی ساتھ
سب کے پیٹ میں ایک ہی آنت

☆2☆

دہلی تلی ہی اک رانی
کانپ رہے جو تم جو شہر
پانی اور تھے پانی
پہنو جلدی سے اک سویٹر
اور صحر کھیل اور رضائی
سردی کیا کیا تھے لائی
☆6☆
مخت کر کے خوب پر صحر تم
جلدی جلدی آگے بڑھو تم
پھول نے کیسی لقم ستائی
سردی کیا کیا تھے لائی
(مرسلہ: منیر حقیف۔ کراچی)

☆3☆

جیسا تو ہے وہ بھی دہلی
لیکن ہے چپ چاپ وہ کیسی
تیری بات مجھ کو بتائے
تو بولے وہ کبھی نہ بولے
ہے یہ کتنا اچھا لاکھ جنن کر منہ نہ کھولے
مجھ کو تو بس یہ ہی بھائے



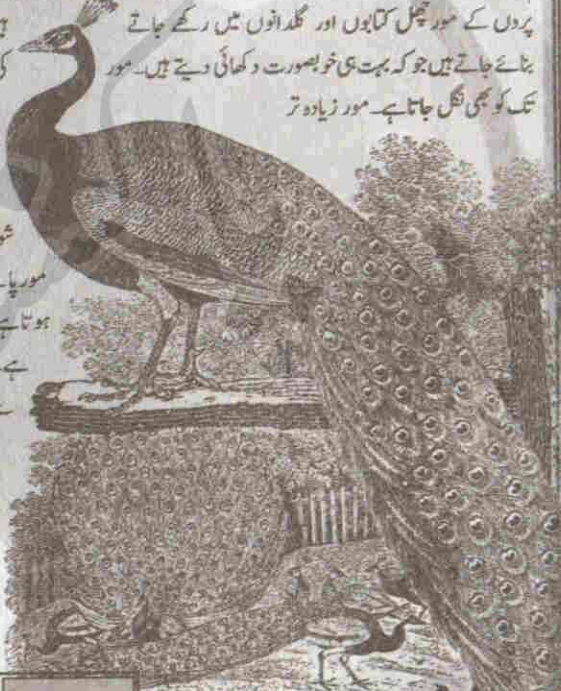
نقطے
ملانیے
اور
رنگ
بھریے



مور بہت خوب صورت پرندہ ہے۔ قدرت نے اسے اس قدر دلکش
رنگ بخش دیے ہیں کہ دیکھ کر ہی خوش ہو جاتا ہے۔ پرود پر گول گول
چمکدار چاند کس قدر پیارے معلوم ہوتے ہیں۔
گر دن بڑی خوب صورت، سر پر کلفت
یا تاج۔ واقعی مور پرندوں کا
خوب صورت اور دلکش
مور ہے۔ جب وہ اپنی دم کو پھیلاتا ہے تو بہت
معلوم ہوتا ہے۔ مور کی اڑان زیادہ اونچی نہیں
والے پرندوں میں اس کا شمار کیا جاتا ہے۔ عام طور پر
شاخوں پر رہتا ہے جو زیادہ اونچی نہ ہوں۔
مور کی نسبت مورنی زیادہ خوب صورت نہیں
پرندوں کے مور تھیل کتابوں اور گلدانوں میں رکھے جاتے
رہتے جاتے ہیں جو کہ بہت ہی خوب صورت دکھائی دیتے ہیں۔ مور
تک کو بھی نگل جاتا ہے۔ مور زیادہ تر

مور

قدرت نے اسے
خوب صورت رنگ بخشے ہیں کہ دیکھ
کر دل خوش ہو جاتا ہے



مور قدرت کے بے تحاشہ رنگوں کی
عکاس کرتا ہے اور اس کو دیکھ کر لوگ
قدرت کے ان رنگوں اور قدرت
کے بنائے ہوئے اس پرندے کی
تعریف کرتے ہیں۔

- | | | |
|------------|------------|----------|
| پہیلیوں کے | 1- تیج | 4- پٹھری |
| جوابات | 2- کھی | 5- خطہ |
| | 3- ٹیلیفون | 6- تصویر |

انعامی مقابلوں کے نتائج

نومبر 2011ء کے درست جوابات

1. "غز جنازہ" کے لیے اذان ہمیں ہوتی۔
2. ابابیل کا ذکر مستر آن پاک کی "سورہ فیل" میں آیا ہے۔
3. شیر خدا "حضرت علیؑ کو کہا جاتا ہے۔
4. انگلش کے حروف تہجی کی تعداد "26" ہے۔
5. مارگلہ کا پہلی سلسلہ "اسلام آباد" میں واقع ہے۔
6. سال میں "چار" موسم ہوتے ہیں۔
7. امریکہ کی کرنسی "ڈالر" کہلاتی ہے۔
8. ون ڈے انٹرنیشنل کرکٹ میں اوروز کی تعداد "50" ہوتی ہے۔

نومبر 2011ء کے شمارے میں شائع ہونے والے سوالات کے جوابات خواتین و حضرات کی بڑی تعداد نے ارسال کیے۔ قرعہ اندازی کے ذریعے جناب حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کے آؤ گراف کے ساتھ ان کی ایک تصنیف حاصل کرنے والی خوش قسمت "حرمہ یوسف ولد یوسف خان۔ کراچی" قرار پائی ہیں۔ ادارہ روحانی ڈائجسٹ "حرمہ یوسف" کو انعام حاصل کرنے پر مبارکباد پیش کرتا ہے۔

آٹھ درست جوابات بھیجنے والوں کے نام:-

کراچی: اریبہ نور۔ نمر احنیف۔ نیہا جبار۔ طوبی دانش۔ سیدہ علیا سرور۔ ارفح خان۔ فوزیہ افضل۔ محمد اوصاف خان۔ شاہد اختر شاد۔ شہناز علی۔ محمد عماد حیدر۔ سلطان محمود۔ صبا شاہد۔ محمد ثوری۔ ثناء شہباز۔ کوثر وسم۔ محمد عمیر خالد۔ راشد رمیز۔ محمد غلام کلیم۔ **حیدرآباد:** محمد زین۔ عائشہ نصیر۔ حیدر شاہ۔ محمد تیمور۔ **سیالکوٹ:** سجاد طارق اعوان۔ تبسم شہزاد۔ ریاض علی۔ محمد فیضان۔ انیلہ احمد۔ **راولپنڈی:** ذاکر محمد آصف۔ رضا۔ **لاہور:** خواجہ جاوید حسن۔ حنا بشری۔ ناملہ واڈو۔ عبدالنعم خان۔ حمیدہ بیٹ۔ **پشاور:** عائشہ زینب۔ شہریار خان۔ محمد شہباز گل۔ **جمشود:** مسرت خان۔

سات درست جوابات بھیجنے والوں کے نام:-

کراچی: محمد انس۔ افضل عزیز۔ عاصمہ خالد۔ تبسم شہروز۔ جنید خان۔ عبداللہ۔ ثناء خان۔ زینب علی۔ **حیدرآباد:** شہباز شاہانی۔ **لاہور:** حمیدہ بیٹ۔ خواجہ جاوید حسن۔ **سیالکوٹ:** طیبہ تبسم۔ محمد شاکر نواز۔ **مہوش رضا۔ راولپنڈی:** راجہ صادق حسین۔ **پشاور:** آفتاب زینب۔ **لاڑکانہ:** احمد علی۔ **کوہاٹ:** سید ذیشان صادق۔ **واہ کینٹ:** ارسلان شفیق۔ صبا شفیق۔ **اوکاڑہ:** عبداللہ انور۔



😊.... منٹا (ہاتی سے) "پارٹس" کا پانی کہاں جاتا ہے....؟
ہاتی (جو پہلے ہی غصے میں بیٹھی تھی یوں) "میرے سر میں۔"
منٹا (مصدومیت سے) "تب ہی آپ کی ناک بھتی رہتی ہے۔"
(مرسلہ: اقصیٰ حنیف۔ کراچی)

😊.... سپاہی (ڈرائیور سے): "جب میں نے تمہیں اشارہ کیا تو تم زکے کیوں نہیں؟"
ڈرائیور: "مخاف کیجیے، میں سمجھا آپ نے مجھے سلام کیا ہے۔"
(مرسلہ: محمد فاروق۔ راولپنڈی)

😊.... باپ (بیٹے سے): "پانچ اور پانچ کتنے ہوتے ہیں؟"
بیٹا: "پانچ اور پانچ دس ہوتے ہیں۔"
باپ: "یہ لودس روپے۔"
بیٹا: "اگر مجھے پہلے پتا ہوتا تو میں بیس کہتا۔"
(مرسلہ: شادق ریاض۔ سکمر)

😊.... ایک پائل بیٹا پاکستان پر چڑھ کر چھانگ لگانے کا بلوگوں نے دیکھا تو اس کو نیچے اتارنے لگے لیکن اس کو کسی کی بات سمجھ ہی نہیں آتی تھی۔ اتنے میں ایک اور پائل وہاں آ پہنچا۔ جب اس نے اوپر دیکھا تو جب میں سے قہقہی نکال کر بولا "نیچے اترتے ہو یا بیٹا کو نیچے سے کاٹ دوں۔"
(مرسلہ: عثمان علی۔ کراچی)

😊.... ایک پائل بیٹا پاکستان پر چڑھ کر چھانگ لگانے کا بلوگوں نے دیکھا تو اس کو نیچے اتارنے لگے لیکن اس کو کسی کی بات سمجھ ہی نہیں آتی تھی۔ اتنے میں ایک اور پائل وہاں آ پہنچا۔ جب اس نے اوپر دیکھا تو جب میں سے قہقہی نکال کر بولا "نیچے اترتے ہو یا بیٹا کو نیچے سے کاٹ دوں۔"
(مرسلہ: عثمان علی۔ کراچی)

میرا بیٹا تاریخ کیسا بڑھ رہا ہے؟

کیونکہ میں جب پڑھتا تو تاریخ سے مجھے لذت تھی۔

جناب تاریخ اپنے آپ کو ہر اہل سے ہے۔



😊.... ایک صاحب کا جو تاج چھوٹا تھا، چلنے میں تکلیف ہو رہی تھی۔ ایک شخص نے پوچھا "جو تاج کہاں سے لیا ہے؟" چلنے کو تیز ہی تھے۔ بولے "درخت سے توڑا ہے۔"
دوسرا بولا: "بڑی جلدی کی آپ نے، ایک ہفتہ اور ڈک جاتے تو جو تاج پورے ناپ کا ہو جاتا۔"
(مرسلہ: نواز جبار۔ کراچی)

قارئین کی اکثریت نے نومبر کے درج ذیل مضامین کو بہترین قرار دیا

1. ہوس کے پتھر ٹھونس میں تیج کارزاری ہے!..... جمیل احمد خان
2. مکہ 125 سال پہلے..... ابن وصی
3. چادر..... محمد فیصل شہزاد
4. ہر دل عزیز شخصیت بننے کا آسان نسخہ..... فرح دیبا
5. عقل حیران ہے! سائنس خاموش ہے!.....☆☆☆☆



نومبر 2011ء کے بہترین مضامین منتخب کرنے والوں میں سے قلمبند اندازی کے ذریعے حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کے آؤگراف کے ساتھ ان کی ایک تصنیف حاصل کرنے والی خوش قسمت ”عائشہ زبیر ولد زید خان۔ ایٹ آباد“ قرار پائی ہیں۔ ادارہ روحانی ڈائجسٹ ”عائشہ زبیر“ کو انعام حاصل کرنے پر مبارکباد پیش کرتا ہے۔ انعام موصول ہونے پر خط لکھ کر ادارے کو مطلع کر دیں۔

روحانی ینگ رائٹرز کلب

(روحانی ینگ رائٹرز کلب میں شمولیت کے لیے اپنی نگارشات اس کو پین کوڈ کر کے اپنی حالیہ صاف اور واضح تصویر کے ہمراہ ارسال کیجیے۔)

نام	_____
ولدیت	_____
عمر	_____
تعلیم	_____
پسندیدہ مضامین	_____
اصنافی قابلیت	پیشہ _____
مکمل پتہ	_____
مکمل پتہ	_____
ای میل ایڈریس	_____

مرکزی مراقبہ ہال

سرجانی ٹاؤن کراچی میں جذبہ خدمت خلق کے تحت جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح

محلہ مراقبہ

7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات 4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نماز جمعہ عظیمیہ جامع مسجد سرجانی ٹاؤن میں اجتماعی محلہ مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت کریمہ کا قلم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محلہ مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں اللہ جہم و کریم نے ہماری دعا میں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محلہ مراقبہ کا انعقاد کریں اور حسب استطاعت غریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔



شاکر۔ خالدہ جاوید۔ خاور اسلم۔ حفیظ شاہد۔ خلیق الزمان۔ دانش حسن۔ دانش علی۔ دانش عاصم۔ درخشاں انجم۔ درخشاں مقصود۔ روانہ بنت غازی۔ دلاور منظور۔ ذکیہ رخسانہ۔ ذیشان کمال۔ ذیشان احسن۔ رئیس النساء بیگم۔ راجہ عبدالمالک۔ راجہ علی۔ راحت اخلاق۔ راجہ سیرین۔ راشد محمود خان۔ رائی۔ رحمت بی بی۔ رخسانہ بی بی۔ رخسانہ یاسین۔ رخشندہ ظفر۔ رضوان احمد۔ رضوانہ ناز۔ رضوانہ ناصر۔ رضیہ اقبال۔ رفعت مقصود۔ رفعت عابد۔ رفعت ہما۔ رقیہ فردوس۔ رشاد احمد۔ رمیز یاسر۔ روبینہ اسلم۔ روبینہ اکرم۔ روبینہ ذوالفقار۔ روبینہ یاسین۔ روبینہ اسلم۔ روبینہ اشرف۔ روٹی شاہ۔ ریاض عمیر۔ ریحان علی۔ ریحان خادم۔ ریحان ملک۔ ریحان ناز۔ ریحانہ یاسین۔ ریحانہ جاوید۔ زاہد حسین۔ زاہد سعید۔ زاہد لطیف۔ زاہد پرویز۔ زبیرہ ناز۔ زبیرہ علی۔ زہد قاسم۔ زہینہ احمد۔ زین صدیقی۔ زینبہ بی بی۔ زہیرہ خالدہ۔ زولفقار شاہد۔ زینب عادل۔ سائرہ بی بی۔ ساجد اقبال۔ ساجدہ نسیم۔ ساجدہ الحسن۔ ساجدہ بیگم۔ سائرہ عادل۔ سجاد شاہد۔ سحر انور۔ سرشار جہاں۔ سروش کاشف۔ سعد قریشی۔ سعید افتخار۔ سعیدہ ماہین۔ سعیدہ ناز۔ سعیدہ احمد۔ سعیدہ بی بی۔ سکینہ بانو۔ سلطانہ ولی۔ سلطان علی۔ سلمان خان۔ سلمان سعید۔ سلمان علی۔ سلمی بیگم۔ سلیم آفاق۔ سلیمان اعظم۔ سمیرا انصاری۔ سمیرا سکول۔ منسل قاطرہ۔ منسل ریاض۔ منسیرا الطہر۔ مید احمد علی۔ مید آصف علی۔ سید

کراچی:- آئندہ احمد۔ آئندہ بیگم۔ آئندہ شاکر۔ آئندہ احمد۔ آئندہ طاہر۔ آئندہ خان۔ آئندہ حسن۔ آصف علی۔ آصف محمود۔ احسان اللہ خان۔ احسان ریاض۔ احسن ریاض۔ احمد فیصل۔ اختر حسین۔ ارسلان خمیر۔ ارسلان خان۔ ارسلان خالد۔ ارم علی۔ اسامہ ارم۔ اسامہ شفیق۔ اسلمیل فاروقی۔ اشتیاق شاہد۔ اشتیاق احمد گوٹل۔ اشتیاق احمد۔ آصف صدیقی۔ اعجاز اعوان۔ اعظم علی۔ آفتاب احمد۔ آفتاب شاہد۔ افسری بیگم۔ افسین الطاف۔ افضل خان۔ اکبر علی۔ اکرم دلاور۔ امتیاز احمد۔ امتیاز علی۔ امتیاز حسن۔ امیر الدین۔ انجم صدیقی۔ انجم شاہد۔ انجم نور۔ انور جہاں۔ انور بانو۔ انوار بیگم۔ انیلہ حسن۔ انیلہ ریاض۔ انیس خان۔ ایوب شیخ۔ بنامور بانو۔ بشری آفتاب۔ بشری امجد۔ بشری فیاض۔ بلال حامد بٹ۔ بلال قریشی۔ بلقیس بی بی۔ بلقیس اشتیاق بی بی۔ خدیجہ۔ پرویز انور۔ پروین اختر۔ تائش بیگم۔ تاج الدین۔ تحسین سحیح۔ تحسین طاہر۔ تنزیلہ صبا۔ تنویر اختر۔ تہمینہ انور۔ تہمینہ مقصود۔ تیمور خان۔ ثاقب سہروردی۔ ثروت سلطانہ۔ ثروت شہزاد۔ ثریا ارشد۔ ثریا بی بی۔ ثمنینہ منظور۔ ثمنینہ شمشیر۔ ثوبہ پرویز۔ جاوید اصغر۔ جاوید علی۔ جہشیر اقبال۔ جمیلہ بیگم۔ جمیلہ بانو۔ جمیلہ اختر۔ جویہ سحر۔ جیا محمود۔ حاتی مراد۔ حاتی نقویہ۔ حافظہ اشتیاق گوٹل۔ حافظہ جمال۔ حبیب احمد۔ حسن فاروق۔ حسین محمد۔ حفصہ احمد۔ حنیف بی بی۔ حمیرا جمین۔ حمیرا رحیم۔ حمیرا شاہنواز۔ حنا

جنوری ۲۰۱۲ء

قلندر بابا اولیاءؒ

نے فرمایا:

بحث برائے بحث کرنے والے بندے کا مقصد عموماً یہ ہوتا ہے کہ دوسرے فرد کو نیچا دکھایا جائے وہ آپ سے بحث اس لیے نہیں کرتا کہ وہ کچھ سمجھنا چاہتا ہے بلکہ اس کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ وہ خود کو برتر ثابت کر دے۔

مراقبہ ہال وہاڑی

نگراں شوکت علی

چیک نمبر WB/47 روڈ عقبہ عید گاہ،

وہاڑی۔ پوسٹ کوڈ 61100

فون: 0314-6451458

گلاب دین۔ گلزار بی بی۔ بھگت تلیور۔ گلبرہ عظیمہ۔ لبنی شاہین۔ حسن محمد اختر۔ محمد ارشد۔ محمد اسلم۔ محمد آصف۔ محمد افضل۔ محمد اقبال۔ محمد شفیع۔ محمد شفیق۔ محمد کلیل۔ محمد صادق۔ محمد عثمان۔ محمد عزیز۔ محمد عظیم۔ محمد سکن۔ محمد نعمان۔ محمد نواز۔ مدثر احمد۔ مریم بی بی۔ مریم جہاں۔ مصباح۔ ملک عابد۔ مہرین شیخ۔ مہرین طاہرہ۔ میاں محمد۔ نازیہ حکیم۔ نازیہ کنول۔ نصیر احمد۔ نصیر الدین۔ نعمان۔ نجات حسین۔ نجات طاہرہ۔ نور خانم۔ نور البشیر۔ نورین طاہرہ۔ نوشین اسلم۔ نوید اسلم۔ نوید حسین۔ نویدہ وقار احمد۔ وقار احمد۔ وقار عدیل۔ یاسمین اختر۔

ملتان:- ارسلان۔ ارشد۔ ادم۔ اسد۔ اسلم۔ آصف۔ افروز۔ اقبال۔ لام الدین۔ لمان اللہ۔ آمنہ۔ امیر گل۔ امیر۔ انیل۔ بشیر۔ شمیمہ۔ جان محمد۔ جعفر۔ حاتیق غلام رسول۔ حافظ قربان۔ حسن بخش۔ حسن علی۔ حسین علی۔ طیب۔ حماد۔ ندیم۔ دانش نیاز۔ دلنواز۔ دین محمد۔ ذوالفقار۔ رابعہ۔ رضوانہ۔ راجیہ۔ رخشہ۔ رشید۔ رمضان۔ روشن۔ رحمان۔ رشیم۔ ساجد۔ ساجد۔ ساجد۔ ساجد۔ ساجد۔ علی۔ سعید۔ سکندر۔ سلیم خان۔ سلیم۔ سلیمان۔ سیر۔ سبح اللہ۔ سبح۔ سائل۔ سانیہ۔ شائستہ۔ شازیہ۔ شاہد علی۔ شاہد نواز۔ شہیر۔ شملہ۔ شمشاد۔ شہناز۔ سیور۔ صدیقی۔ الطاف۔ عائشہ۔ عابد۔ جنونی۔ عابد۔ عامر۔ جواہر۔ عبید اللہ۔ عبداللہ۔ عثمان۔ عطاء اللہ۔ علی گوہر۔ عمار۔ غزل۔ نعمت بخش۔ قاضی۔ طاہرہ۔ فرزانہ۔ ارشد۔ قرۃ العین۔ کائنات۔ گل شیر۔ مادی۔ مادیہ۔ مبارک علی۔ نجفی شاہد۔ حسن عباسی۔ ملک طاہر۔ منظور احمد۔ منظور۔ نور۔ مہران۔ میر زادی۔ نازیہ۔ ناہیدہ۔ نصیم۔ نواب خاتون۔ نور محمد۔ نوید۔ نیاز محمد خان۔ نیک محمد۔ وحید۔ وزیران۔ وقار۔ ہدایت خاتون۔ سیر۔ یاسمین۔

پشاور:- آسیہ قریشی۔ آسیہ ندیم۔ آصف صدیقی۔ آفتاب احمد قریشی۔ آمنت اشرف۔ آمنت نصیر۔ آمنت کبیر۔ ایدال خان۔ اویسہ فردوس۔ ارشد عظیم۔ اصغر علی۔ افتخار احمد قریشی۔ امیر النساء۔ انور بی بی۔ اولیس پار۔ بشیر احمد۔ بشیر قادر۔ تجزیہ عزیز۔ حویر احمد۔ شمیمہ پرویز۔ شاہد اصغر۔ شہادت۔ جمیلہ بی بی۔ چوہدری بار حسین۔ حامد۔ حسن تقویم۔ حسن حسین بی بی۔ خالدہ بی بی۔ وٹاوا احمد۔ ذوالفقار علی۔ راتیل جاوید۔ راشدہ۔ باب سلیم۔ ربیعہ منور۔ رشیدہ بی بی۔ رشیدہ بی بی۔ ربیعہ رحمان اولیس۔ زبیر۔ زین ندیم۔ زینت فردوس۔ ساجدہ بی بی۔ ساجدہ خاتون۔ ساجدہ محمود۔ ساجدہ۔ ساجدہ۔ ساجدہ حسین۔ سادہ گل۔ سعیدہ سلیم۔ سعیدہ کوش۔ سعیدہ اختر۔ سعیدہ انور۔ سعیدہ بلوچ۔ سعلی شوکت۔ سمیرا سمیرا۔ سمیرا عابد۔ سنج شہزادہ۔ شاہد صدیق۔ شاہدہ بی بی۔ شہانہ بی بی۔ شعیب۔ شعیبہ۔ شفاقت حسین۔ سخی۔ شفاقت اللہ۔ شوکت جاوید۔ شہزاد حسین۔ صائمہ مریم۔ طیبہ۔ حفصہ۔ ظفر اقبال۔ ہاشمی۔ تلیورا احمد چشتی۔ عائشہ اشرف۔ عابدہ بی بی۔

شمیم۔ شہناز بلوچ۔ شیوان بی بی۔ صائمہ ملک۔ صائمہ۔ صدیقہ۔ نیکم۔ صفورہ نیکم۔ منیہ نیکم۔ طاہرہ سعید۔ طاہرہ محمود۔ ظہیر عباسی۔ شہ۔ عابدہ پروین۔ عاشق حسین۔ عاصمہ طاہرہ۔ عامر حسین۔ عاصمہ۔ حسین قریشی۔ عائشہ اقبال۔ عائشہ حسن۔ عائشہ مسعود۔ عبد القادر۔ عبد الرزاق۔ عبد العزیز۔ عبد القادر۔ عبد العزیز۔ عبیدہ اللہ۔ عدنان۔ عذرا سلطانہ۔ عذرا۔ حضرت حسین۔ علی حسن۔ عمران جاوید۔ عمران۔ طاہرہ تبسم۔ قانزہ مجاہد۔ قانزہ بی بی۔ فرح اقبال۔ فرحت یاسمین۔ فوزیہ اشرف۔ فیروزہ بی بی۔ قدیرہ۔ قرعہ عائشہ۔ قرقرہ۔ قیسرہ بی بی۔ کاشف جاوید۔ کاشف۔ کامران جاوید۔ گل فرین۔ مہارنگ۔ مبارک الہی۔ محمد اذکار۔ محمد اشرف۔ محمد افضل۔ محمد اقبال۔ محمد ذیشان۔ محمد رفیق۔ محمد شہناز۔ محمد عابدہ۔ محمد عابدہ۔ محمد علی۔ محمد عمر محمد فرات۔ محمد حنا۔ محمد عزیز۔ محمد یحیویہ۔ محمد یوسف۔ محمود نیکم۔ مختار ملک۔ مسرت۔ مسعود۔ مسعود احمد گل۔ مصباح۔ مظفر بی بی۔ مظفر نیکم۔ ممتاز نیکم۔ منیر احمد۔ موحود۔ مومنہ احمد۔ موش شاہد۔ ناظمہ طاہرہ۔ ناصر خان۔ ناہیدہ جمیلہ۔ نجیبہ عظیمہ۔ نور محمد عیدہ۔ نساب بی بی۔ نسین بی بی۔ نسین۔ نسیم نیکم۔ نصرت۔ نصرت پروین۔ نصرت کمال۔ نعمان حسن۔ نعم احمد۔ نصیم حمید۔ نقاش حسن۔ نجات ملک۔ نور جہاں۔ نوشاہی خان۔ نوید جمیلہ۔ نوشین۔ یاسمین حیدرہ۔ یاسمین خان۔

فیصل آباد:- آسیہ سرفراز۔ آفتاب جمال۔ اللہ بخش۔ احمد حسین۔ احمد سلمان۔ احمد مسعود۔ ارشد فیاض۔ ادم خوشنود۔ ادم شاہین۔ اریبہ۔ اسد۔ اسد مسعود۔ اشفاق صادق۔ اقرا احمد۔ اہم حبیبہ۔ اہم کلثوم۔ اہم ہلال۔ انجم سرفراز۔ انجم انور خان۔ انور منصور۔ باسط عزیز۔ بشری جاوید۔ بشری شیخ۔ پروین اختر۔ تحریم شیخ۔ حویر احمد۔ جاوید حفیظہ۔ جاوید اقبال۔ جمیل اختر۔ حاجی عزیز۔ حریم شیخ۔ حمیرا یاسمین۔ خالد محمود۔ خالد محمود۔ خرم سرفراز۔ خوشنود احمد۔ ذکیہ۔ ذوالفقار علی۔ ذیشان قادی۔ ذبیحہ خاتون۔ راج نیکم۔ راحت حسین۔ راشدہ گل۔ راشدہ سمیرا۔ رضوان احمد۔ رضوان۔ رفعت شاہین۔ رقیہ شاہین۔ روینہ شاہین۔ زاہد و نسیم۔ زاہدہ یاسمین۔ زرافتشل۔ زفرین تاج۔ زیب النساء۔ ساجدہ جاوید۔ ساجدہ حسین۔ ساجدہ علی۔ ساجدہ سمیرا۔ سرفراز اللہ خان۔ سرفراز خان۔ سعید حسین۔ سعیدہ۔ سکول۔ سعیدہ شازیہ اعظم۔ شازیہ۔ شاہ میر۔ شاہد اقبال۔ شاہدہ یاسمین۔ شیراز عطاری۔ صفیہ۔ طارق محمود۔ طارق۔ عابدہ صادق۔ عاشق رفیق۔ عاصف اسامیل۔ عامر اقبال۔ عباس قادری۔ عبد الرزاق۔ عبد الرشید۔ عبد السلام۔ عبد الملک۔ عدنان۔ عدیل اختر۔ عذرا مقموود۔ عذرا۔ عرفات احمد۔ عرفان قادی۔ علی بی بی۔ علی عمران۔ عمران۔ سمیرا۔ سمیرا۔ سمیرا۔ سمیرا۔ سمیرا۔ سمیرا۔ فیصل خوشنود۔

قلندر بابا اولیاء نے فرمایا:

غصے کو آگ پہلے غصہ کرنے والے کے خواص میں ارتعاش پیدا کرتی ہے اور اس کے اعصاب متاثر ہو کر اپنی ازجہ ضائع کر دیتے ہیں۔ اس کے اندر قوت حیات ضائع ہو کر دوسروں کو نقصان پہنچاتی ہے۔

بقیہ: کیا آپ ماں بننے والی ہیں....

کچا دودھ، کچا انڈا اور ایسا گوشت جو اچھی طرح نہ پکا ہو، بھی آپ اور آپ کے ہونے والے بچے کے لیے خطرناک ہو سکتا ہے۔ حاملہ خواتین کے گھروں میں چوہوں کی آمدورفت نہیں ہونی چاہیے۔ ان کے پیشاب اور فضلے سے بہت زیادہ احتیاط کی ضرورت ہے۔ چوہے ایک خاص قسم کے وائرس لیے پھرتے ہیں جو شکم مادر میں موجود بچے کے لیے بہت نقصان دہ حتیٰ کہ مہلک بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔ بہت زیادہ گرم پانی سے غسل کرنا حاملہ خواتین کے لیے مناسب نہیں ہے۔



بقیہ: عرق گلاب

ایسے لوگ جنہیں عام زندگی یا پیشہ وارانہ زندگی میں زیادہ بولنا پڑتا ہے، عرق گلاب اور شہد استعمال کرنا چاہئے۔ اس سے آواز صاف ہوتی ہے۔ جدید ریسرچ کے مطابق شہد اور عرق گلاب کو چاٹ لینے سے حلق کی خشکی دور ہو جاتی ہے۔ عرق گلاب کی ایک خوبی یہ بھی ہے کہ اگر منہ میں چھالے پڑ جائیں تو اسے نیم گرم کر کے کلیاں کرنے سے منہ کے چھالے بھی ختم ہو جاتے ہیں۔



بقیہ: بچو! پیسے درخت پر نہیں اُگتے

مستحق کی مالی امداد تقبلی بنادی جائے۔ اسلام میں زکوٰۃ کا نظام غربت کے خاتمے کی ایک بہترین سہیل ہے اور صدقہ ہمیں مسیبتوں اور آزمائشوں سے نجات دلاتا ہے۔ بچوں کی بینکنگ بہترین انتخاب: بچت کو محفوظ تر کرنے کے لیے بینک سے بہتر کوئی جگہ نہیں۔ یہاں آپ ارادہ کر کے اور تیاری کے بعد جا کر رقم نکلاتے ہیں۔ ایک سے دو اور دو سے چار مرتبہ منسوبہ بندی کرنے کے بعد اپنے آپ سے پوچھتے ہیں کہ کیا واقعی اس جمع شدہ رقم کو چھیننا چاہیے یا نہیں....؟ یہ کوئی بڑی بات نہیں کہ آپ اپنے بچے کو امیر بننے کی تحریک دیں۔ اسے اپنے ہمراہ بینک لے کر جائیں۔ اس کی بیلنس شیٹ تو اتار لیں اور اس طرح اس کا میلان بنے گا کہ پیسہ بے دریغ خرچ کیا تو وہ غریب ہو سکتا ہے۔ سیانے مثال دیتے تھے کہ کھاتے کھاتے تو میں بھی خالی ہو جاتے ہیں تو ایسا ناطق نہیں کہتے تھے۔ بینک اکاؤنٹ کو بھی مزید بھرتا جانے اور مسلسل پیسے نکلائے جائیں تو ایک دن وہ خالی ہو جائے گا اور کوئی بچہ ایسا نہیں چاہے گا۔



ڈاکٹر پروفیسر حافظ محمد شکیل اوج

شعبہ علوم اسلامی کے چیئر مین مقرر معروف اسلامک ریسرچ اسکالر، مجلہ التفسیر، کراچی کے مدیر اعلیٰ، پروفیسر ڈاکٹر حافظ محمد شکیل اوج، جامعہ کراچی میں شعبہ علوم اسلامی کے چیئر مین مقرر ہو گئے ہیں۔ حافظ محمد شکیل اوج اعلیٰ تعلیمی و تحقیقی اداروں سے 25 سال سے وابستہ ہیں، ملکی اور بین الاقوامی تحقیقی و علمی جرنامہ میں ان کے تقریباً 140 مقالات و مضامین شائع ہو چکے ہیں، وہ تعلیمی آف اسلامک اسٹڈیز کے تحقیقی مجلہ معارف اسلامیہ کے مدیر بھی ہیں۔

قلندر بابا اولیاءؒ

فرماتے ہیں:

جس قوم کا ایمان کائنات کا اخلاص نہیں

وہ قوم نہ تو کائناتی قدروں کا مشاہدہ کر سکتی

ہے اور نہ ہی اس کی فہم کائناتی علوم تک

پہنچ سکتی ہے۔ اس وضع کی قوم

ہزاروں سال کی عمر پانے کے باوجود

پالنے کا بچہ ہی رہے گی۔

مر اقبہ ہال، پشاور

نگراں: نیاز احمد

مر اقبہ ہال: چہل غازی بابا اسٹاپ، وار سک روڈ، پشاور۔

معرفت شاہ پنساری اسٹور، پل پختہ گھنٹہ گھر، پشاور پوسٹ کوڈ 25000

فون: 0300-9564933

بقیہ: شرح لوح و قلم

کسی دوسرے سیارے پر رہنے والا آدم ہو سب کی شکلوں میں مشابہت پائی جاتی ہے۔ ہر نوع کے لیے روشنی کی ایک معین مقدار ہے۔ روشنی کی معین مقدار میں ردوبدل اس لیے قاتح نہیں ہوتا کہ ہر روشنی کی مرکزیت نقطہ وحدانی ہے اور ہر روشنی نزول کے بعد نقطہ وحدانی کی طرف صعود کرتی ہے۔



بقیہ: زکو نہیں چلتے رہو....

وایتہ رہتی ہے، ان کی نظریں مشیت الہی پر مرکوز رہتی ہیں.... سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے وارثین کی قربت، ان کی تعلیمات پر غور و فکر اور ان کی طرز فکر اپنانے کے بعد ہم بھی مذکورہ ہدایت نبویؐ پر عمل پیرا ہو سکتے ہیں۔ گروہ اولیاء اللہ کی صف اول میں شامل ایک برگزیدہ ہستی حضور قلندر بابا اولیاءؒ بھی ہیں۔ رسول اللہ ﷺ کے مذکورہ ارشاد کی تفہیم میں آپؐ فرماتے ہیں: ”چلتے رہو زکو نہیں.... زکو نہیں چلتے رہو....“



بقیہ: ظلمت رات کی سیماب....

”اللہ کے دوست، پاکستان کے لیے دستِ دعا بلند کیے ہوئے ہیں، راتوں کو جاگ کر اللہ کے دربار میں حاضری دینے والے مقرب بارگاہ ہندے اللہ تعالیٰ کے حضور قوم کے لیے التجائیں کر رہے ہیں۔“ حضرت نے مزید فرمایا ”ہمیں یقین ہے کہ ماضی کی طرح آئندہ بھی اس قوم کی مدد کی جائے گی۔ اب یہ اس قوم پر ہے کہ مشکلات میں مدد ملنے کے سلسلے میں یہ اللہ تعالیٰ کی شکر گزار بن کر عمل اور جدوجہد کا راستہ اختیار کرتی ہے یا ایک بار پھر بے عمل اور دوسروں پر اٹھار کرنے والی قوم بننا پسند کرتی ہے۔“



کرتی ہیں اور مقدار ایک رنگ ہے۔ رنگوں کی ترتیب سے شکلیں وجود میں آتی ہیں اور ہر شکل میں ترتیب کے ساتھ یکسانیت ہے۔ بکری کی نوع میں جتنی بھی بکریاں ہوں گی سب کے اندر ایک قدر مشترک ہوگی۔ زمین پر چھ ارب (سات ارب) آدمی موجود ہیں اور انسانی شہادت سے بہت زیادہ آدم دوسرے سیاروں پر موجود ہیں۔ ہماری زمین پر بسنے والا آدم ہو یا



ایک نوجوان کی کہانی جس کے بہت سے خواب تھے....!

جو بہت کچھ کرنا چاہتا تھا.... لیکن....

جسے زمانے نے ٹھکر اویا....

وہ ماہوسی کے گڑھے میں گر کر

اپنا نام و نشان گھونے زکو ہی تھا کہ....

اسے ایک روشنی ملی....

عشق کی روشنی....

اس روشنی نے اسے اعتماد دیا.... اور اسے

اپنی منزل نظر آنے لگی....

قارئین کے لیے ایک نئی سلسلہ وار کہانی

عنقریب روحانی ڈائجسٹ کے صفحات پر

ملاحظہ کیجیے....

نظر بد اور شر سے حفاظت

جنات کی حقیقت....

جنات انسان کو بیمار ڈال سکتے ہیں....؟

انسانوں کے معاملات خراب کر سکتے ہیں....؟

قرآن و سنت اور بزرگوں کی تعلیمات سے رہنمائی.....

اس کتاب میں نظر بد، حسد، سحر اور جادو سے نجات کے لیے اور ان سے حفاظت کے لیے قرآنی آیات، احادیث نبوی ﷺ اور اولیاء اللہ کی تعلیمات سے اخذ کردہ وظائف اور دعائیں تحریر کی گئی ہیں۔

ڈاکٹر صاحب نے اپنے کئی تجربات و مشاہدات بھی اس کتاب میں بیان کیے ہیں۔

ڈاکٹر و قاریوسف عظیمی گزشتہ کئی ماہ سے اس کتاب کی تصنیف و تالیف میں مصروف ہیں۔

اللہ تعالیٰ کے کرم، طیبیب اعظم ﷺ کے صدقے، حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی رہنمائی، توجہ اور تصرف اور مجاہدین کی دعاؤں کے ساتھ یہ تحقیقی کام اب تکمیل کے آخری مراحل میں ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ زیور طبع سے آراستہ ہو کر یہ کتاب جلد شائع ہوگی۔

فتارین اپنی کاپی بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک گھر بیٹھے منگوا سکتے ہیں۔

مزید تفصیلات کے لیے رابطہ کیجیے۔

سرکولیشن ڈیپارٹمنٹ روحانی ڈائجسٹ

021-36606329

0300-2359009

manager_roohanidigest@yahoo.com

سوال:

ای میل:



پامسٹری اور دیگر مختلف علوم

☆☆☆

سوال: میری ایک رشتہ دار خاتون پامسٹری اور دیگر

علوم کے ذریعے لوگوں کو ان کے آئندہ حالات کے بارے میں بتاتی ہیں۔ ان کی بتائی ہوئی باتیں کچھ صحیح ثابت بھی ہوئی ہیں۔

ان خاتون کی اپنی زندگی میں بھی بہت اتار چڑھاؤ آئے ہیں۔ تین سال قبل ان میں اور ان کے شوہر میں علیحدگی ہو چکی ہے۔ میری شادی تقریباً پندرہ سال پہلے ہوئی۔

الحمد للہ! میرے شوہر بہت اچھے ہیں۔ سسرال والے بہت اچھے اخلاق و رشتہ کے مالک ہیں۔ میں اپنے گھر میں خوش ہوں۔ میں خود بھی سب کا خیال رکھنے کی کوشش کرتی ہوں۔ میری ساس، ننڈیں بھی میری تعریفیں کرتی ہیں۔

تین ماہ پہلے ان صاحبہ نے مجھے کہا کہ میرے علم کے مطابق تمہاری اپنے شوہر اور سسرال والوں کے ساتھ جلد ہی نا اتفاقی اور بدگمانیاں ہونے والی ہیں۔

شروع میں تو میں نے ان کی باتوں کو اہمیت نہ دی، مگر پھر میرے ذہن میں طرح طرح کے دوسے آنے لگے۔ مجھے ان کی بتائی ہوئی ان باتوں کے خیال آئے جو صحیح ثابت ہوئی تھیں۔

ان خیالات نے مجھے مزید پریشان کر دیا۔ میں نے اپنے شوہر، ساس اور ننڈوں کے رویوں پر نظریں رکھنا شروع کر دی۔

میں نے اپنی خالہ کو اس بات سے آگاہ کیا تو انہوں نے کہا کہ اللہ پر بھروسہ رکھو.... ایسا کچھ نہیں ہوگا۔ انہوں نے سختی سے تاکید کی کہ ساس، ننڈ اور شوہر کے بارے میں جو غلط خیالات تمہیں آ رہے ہیں ان کا ذکر ان لوگوں سے نہ کرنا، انہیں تکلیف ہوگی۔

میں پرمحی کھسی عورت ہوں۔ ان باتوں کو نہیں مانتی۔ لیکن پھر بھی بعض مرتبہ مجھے لگتا ہے کہ میرے شوہر میں پہلے والی محبت نہیں رہی۔ مجھے اپنی ساس کے رویوں میں بھی تبدیلی محسوس ہو رہی ہے۔ شاید اب میری ساس کو میرے کام اچھے نہیں لگتے۔

جواب: ہر شخص اپنی ذات اور اپنے سے وابستہ

معاملات کے بارے میں حساس ہوتا ہے۔ عام طور پر انسانوں کی عادت یہ بھی ہوتی ہے کہ ہم خوش آئند باتوں کے مثبت اثرات دیر سے اور کم قبول کرتے ہیں اور نقصان دہ باتوں کے منفی اثرات فوراً اور شدت سے قبول کرتے ہیں۔

عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(وہاب مشتاق۔ کراچی)

شکوہ و شبہات اور توہمات نے مجھے ڈپریشن کا مریض بنا دیا تھا۔ ہزار کوششوں کے باوجود اس میں کمی کے بجائے اضافہ ہی ہو رہا تھا۔ شک کا یہ حال تھا کہ اگر ہاتھ دھو رہا ہوں تو کوئی کئی مرتبہ صابن سے ہاتھ دھونے کے باوجود دل مطمئن نہیں ہوتا اور یہ شبہ رہتا کہ ہاتھوں میں ابھی بھی جراثیم لگے ہوئے ہیں۔ گھر سے باہر نکلتے ہوئے ڈر تھا کہ کہیں گاڑیوں کا دھواں اور فضائی آلودگی مجھے متاثر نہ کر دے۔ لوگوں سے ہاتھ ملانے کے بعد کافی دیر تک ہاتھ دھونے کے باوجود وہم میں مبتلا رہتا تھا کہ ہاتھ صاف نہیں ہوئے۔ صابن سے بار بار ہاتھ دھونے سے جلد خراب ہو گئی تھی۔ اسی طرح نماز میں رکعتیں بھول جاتا اور وہم میں رہتا کہ چار پڑھی یا تین۔ وہم نے ایک جانب میری ذہنی و جسمانی صحت کو متاثر کیا تھا تو دوسری جانب میری گھریلو زندگی کو بھی تباہ کر دیا تھا۔ خاندان کے لوگ مجھ سے ملنے سے کتراتے تھے۔ وہم کا نفسیاتی علاج بھی کروا چکا تھا مگر کوئی زیادہ فائدہ نہیں ہوا۔ پھر ایک دوست مجھے عظیمی ریکی سینٹر لے گیا۔ یہاں میں نے ریکی کے چند سیشن ہی لیے تھے کہ مجھ میں ٹھہر اذکی کیفیت پیدا ہونا شروع ہو گئی۔ اب خود کو کافی بہتر محسوس کر رہا ہوں۔

کو سمجھنے میں معاون ہو گا۔

بدحواسی اور گھبراہٹ میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

برے کاموں کے لیے کارندہ....!!

آپ کی مذکورہ روشنی دار صاحبہ خود بھی یقین کی شدید

کمزوری میں مبتلا معلوم ہوتی ہیں۔ انہوں نے اپنے حساب

کتاب سے معلوم کیا ہے کہ ان کی ازدواجی زندگی میں کچھ

مشکلات ہیں۔ انہوں نے اپنے اس حساب پر بھروسہ

کر کے اپنے گھر کا ماحول خود اپنے ہاتھوں ہی خراب کیا

ہو گا۔ انہوں نے اپنے شکوک و شبہات اور اپنی بے سرو پا

باتوں سے اپنے شوہر کو زچ کر دیا ہو گا۔ افسوس کہ ان

فضول حرکتوں کا نتیجہ ایک گھروٹے کی شکل میں نکلا، مگر

اس میں اصل قصور دار وہ خاتون خود معلوم ہوتی ہیں۔

آپ کی خالہ نے آپ کو بہت اچھا مشورہ دیا ہے۔ آپ

کو بدگمانی پر مبنی خیالات کا اپنے شوہر اور سسرال دونوں کے

سامنے اظہار نہیں کرنا چاہئے۔ تاہم آپ کو اپنی ان رشتہ دار

خاتون کے بارے میں اپنے شوہر کو بتا دینا چاہئے۔

اس ماہ کے روحانی ڈائجسٹ میں شائع ہونے والے

ایک مضمون ”حواس کا فریب“ کا مطالعہ بھی آپ کے

ذہن میں اٹھنے والے کئی سوالات اور دوسروں کی حقیقت

سے راحت بھی مشکلات میں تبدیل ہو جاتی ہے۔

دراصل کسی نمبر پر رد عمل کی بہت اہمیت ہوتی ہے۔

کسی منفی چیز پر چاہے وہ خبر یا بات صحیح ہے یا بے بنیاد ہے

ہمارا رد عمل اگر گھبراہٹ اور بدحواسی پر مشتمل ہو گا تو صحیح

کام بھی بگڑنا شروع ہو جائے گا۔

کل کیا ہو گا....؟

اس کا مکمل اور درست علم تو اللہ ہی کو ہے۔ اللہ نے

انسانوں کو اور دیگر مخلوقات کو یہ صلاحیت عطا کی ہے کہ وہ

مختلف حالات و واقعات کے نتائج اور مختلف علامتوں سے

آئندہ کے احوال کا کوئی اندازہ قائم کر سکیں۔

مثال کے طور پر ایک بچہ پڑھائی میں دلچسپی نہیں

لیتا۔ کورس کی کتابیں پڑھنے، ڈھنگ سے ہوم ورک کرنے

کے بجائے وہ انٹرنیٹ، کمپیوٹر گیم، موبائل چیٹنگ اور

ٹی وی وغیرہ دیکھنے میں اپنا وقت صرف کرتا ہے۔

تو اس بچے کے تعلیمی رزلٹ کے بارے میں باآسانی

پیش گوئی کی جا سکتی ہے۔

ایک بیمار شخص ڈاکٹر کی تجویز کردہ دوائی یا قاعدگی

سے نہیں لیتا، پریمیز نہیں کرتا، ڈاکٹر کی دیگر ہدایت پر عمل

نہیں کرتا تو مستقبل قریب میں اس کی صحت کو لاحق

خطرات کے بارے میں بتانا کوئی مشکل کام نہیں ہے۔

یہ تو عام مشاہدات کی باتیں ہوئیں۔ قدرت نے دیگر

کئی ذرائع سے بھی انسانوں کو پیشگی اطلاعات اور رہنمائی عطا

کرنے کے اہتمام کیے ہیں۔

خواب کے ذریعے اور بعض دیگر صلاحیتوں کے ذریعے

مستقبل کے حالات کا اندازہ ہو سکتا ہے۔ قرآن پاک کی سورہ

یوسف میں اس حوالے سے بہت اہم رہنمائی موجود ہے۔

اس طویل تمہید کے بعد میں آپ کی خدمت میں یہ عرض

کرنا چاہوں گا کہ بہت سے بے بنیاد اور غیر حقیقی خدشات

اور اندیشے اس وقت حقیقت بن جاتے ہیں، جب ہم خود

خوشگوار باتیں عموماً ہمارے فوری رد عمل

(Reactions) کا سبب نہیں بنتیں، جبکہ ناخوشگوار

باتوں پر ہم فوری ری ایکٹ کرتے ہیں اور ان پر اپنی رائے

جلد قائم کر لیتے ہیں۔

مثال کے طور پر کسی ماں کو کہا جائے کہ آپ کا یہ بچہ

بڑا ہو کر خوب نام کمائے گا تو ماں کو یہ بات سن کر خوشی تو

ہوگی مگر یہ خوشی اسے فوری طور پر کسی خاص عمل پر نہیں

انجام دے گی۔ دوسری طرف کسی ماں کو یہ کہا جائے کہ آپ

کا یہ بچہ کوئی خاص قابل نہیں ہے اور بڑا ہو کر پتہ نہیں اس

بچاڑے کا کیا بنے گا۔

پہلی مرتبہ یہ بات سننے والی ماں فوری طور پر شدید غصہ

محسوس کرے گی۔ وہ سوکتا ہے کہ وہ یہ بات کہتے والے کو کافی

کچھ سنا بھی دے۔ مزید یہ کہ وہاں اس بات کو کہنے والے کے

بارے میں فوراً مخالفانہ تاثر قائم کر لے گی۔

کسی شخص کو کہا جائے کہ فلاں آدمی تمہاری تعریف

کر رہا تھا۔ یہ سن کر اس شخص کو اچھا لگے گا، وہ خوشی

محسوس کرے گا، لیکن ضروری نہیں کہ وہ اس فلاں آدمی

کا گرویدہ ہی ہو جائے۔ اسکے برعکس کسی شخص کو کہا جائے

کہ فلاں آدمی تو تمہاری بہت برائیاں کر رہا تھا۔

اب یہ سنتے ہی وہ شخص اپنے دل میں کدورت محسوس

کرے گا اور اس فلاں آدمی کو بغیر تحقیق کے ہی اپنے

مخالفین میں شمار کرنے لگے گا۔

دراصل ہم مثبت باتوں پر دیر اور مشکل سے یقین

کرتے ہیں اور منفی باتوں پر فوری یقین کر لیتے ہیں اور اس

کے منفی اثرات بھی تیزی سے قبول کرتے ہیں۔ اس انداز

کی سوچ میں شدت آنے لگے تو یہ اپنے غلط لوگوں کو ہم

سے دور کرنے کا سبب بن سکتا ہے۔

زندگی کے کئی معاملات میں یقین اور مضبوط ارادہ

بڑی سے بڑی مشکلات سے بچا لیتا ہے جبکہ بے یقینی و خوف

کچھ عرصہ بعد تو وہ راتیں بھی وہاں گزارنے لگا۔ بھائی کو بڑی صحبت سے بچانے کے لیے ہم نے اپنا یہ مکان فروخت کر دیا اور دوسری جگہ رہائش اختیار کر لی۔ بھائی یہاں دو ماہ تک تو سکون سے رہا۔ اس نے اپنی پڑھائی پر بھی توجہ دینا شروع کر دی۔ معمول کے مطابق رہنے لگا۔ لیکن دو ماہ بعد اس نے پھر ان لوگوں سے تعلق جوڑ لیا۔

امی نے اسے قسمیں دے کر پوچھا کہ آخر وہ ان لوگوں کے ہاں جا کر کیا کرتا ہے....؟
یہ سن کر بھائی رونے لگا اور کہنے لگا کہ میں بے بس ہو جاتا ہوں۔ جب وہاں جانے کا خیال آتا ہے تو میرے قدم نہ چاہتے ہوئے بھی اس طرف اٹھنے لگتے ہیں۔ مجھے ان کی لڑکیوں میں کوئی دلچسپی نہیں ہے۔

امی نے پوچھا تم ساری رات وہاں کیا کرتے ہو؟
بھائی نے کہا کہ میں ان کے گھر جاتا ہوں تو وہ لڑکیاں مجھے ایک خاص ذائقے والا شربت ضرور پلا پاتی ہیں۔ پھر ہم باتیں کرنے لگتے ہیں۔ اس کے بعد مجھے ہوش نہیں رہتا کہ میرے ساتھ کیا ہوا یا میں نے کیا کیا۔ بس میرا دل چاہتا ہے کہ وہ شربت مجھے ملتا ہے۔ اس شربت سے میرا ذہن ہلکا پھلکا ہو جاتا ہے، میں خود کو ہواؤں میں اڑتا محسوس کرتا ہوں۔

محترم ڈاکٹر صاحب....! میں بہت امید سے خط لکھ رہی ہوں۔ ہمیں ہمارا بھائی واپس چاہیے۔ ہمیں سمجھ نہیں آتی کہ ان کے کیا ارادے ہیں....؟ وہ لڑکیاں اور ان کے گھر والے ہمارے بھائی سے کیا چاہتے ہیں....؟

جواب: اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کے بھائی کی حفاظت ہو۔ وہ ہر طرح کے شر سے، نشے کی عادتوں سے اور خراب لوگوں کا کہہ کار بننے سے محفوظ رہے۔ آمین!

رات سونے سے پہلے سورہ فتح (48) کی آیت 26:
إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَبِيَّةَ
حَبِيَّةَ الْجَاهِلِيَّةِ فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى

رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَالزَّوْجَاتِ كَلِمَةً
التَّغْوَى وَكَانُوا أَحَقَّ بِهَا وَأَهْلَهَا وَكَانَ اللَّهُ
بِكُلِّ شَيْءٍ عَدِيمًا

تین تین مرتبہ سورہ فلق، سورہ الناس اور آخر میں گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھ کر اپنے بھائی پر دم کر دیں یا اس کا تصور کر کے اس پر دم کر دیں اور اس کے لیے اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔

اپنے بھائی سے کہیں کہ وہ وضو بے وضو کثرت سے
يَا مُهَيِّبِينَ يَا وَدِيَّ يَا سَلَامَةَ كَاوَرِدٍ كَرْتَارِهِ۔

باتیں بنانے میں ماہر

سوال: ہم لوگ غریب طبقے سے تعلق رکھتے ہیں۔

میری تین بہنیں اور دو بھائی ہیں۔ والدین پرانے زمانے کے سیدھے سادھے لوگ ہیں۔ میرے لیے کئی کئی رشتے آئے لیکن کہیں بات نہ بنی۔ اب اٹھائیس سال کی عمر میں میری شادی ایک جانے والے کی توسط سے ہوئی۔ والدین نے زیادہ جانچ پڑتال نہیں کی۔ وہ جس طرح خود ہیں سب کو ہی اپنے جیسا سیدھا سادہ سمجھتے ہیں۔

میری شادی جس شخص سے ہوئی وہ بگلے ہوئے دوستوں کی صحبت کے شوقین ہیں۔ ان میں اور بھی کئی برائیاں ہیں۔ وہ جھوٹ، غبن اور لوگوں کو دھوکہ دینے میں اپنا ثانی نہیں رکھتے۔

رشتے کے وقت جس دکان کو انہوں نے اپنا کہا، وہ ان کے دوست کی تھی اور وہ سارا دن وہاں بیٹھے گئیں ہانکتے رہتے ہیں۔

میں ایک اسکول میں جاب کرتی تھی۔ شوہرنے وہاں بھی کئی لوگوں کے ساتھ مالی معاملات میں دھوکہ بازی کی۔ جس کی وجہ سے میں اپنی یہ جاب برقرار نہ رکھ سکی۔

میرے شوہر پڑھے لکھے ہیں۔ باتیں بنانے میں بہت

ماہر ہیں۔ وہ دوسرے کو اپنے طرف مائل کرنے کے فن سے اچھی طرح واقف ہیں۔ اگر وہ چاہیں تو ان حرکتوں کے علاوہ بھی اچھا کما سکتے ہیں لیکن لوگوں کو دھوکہ دے کر پیسہ بنانا ان کو جائز طریقوں سے کمائے کی نسبت زیادہ آسان لگتا ہے۔

میں نے اپنے گھر کے حالات اور اپنے شوہر کی یہ باتیں اپنے والدین سے چھپائی ہوئی ہیں۔

برائے کرم کچھ پڑھنے کو بتائیں کہ میرے شوہر راہ راست پر آجائیں۔

جواب: رات سونے سے پہلے آتالیس مرتبہ سورہ شمس (91) کی آیات 7-10

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا
فَلْأَنهَآ فَجُورَهَا
وَتَقْوَاهَا
قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَوَاهَا
وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا

اوّل آخر سات سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں اور ان میں مثبت تبدیلی اور اپنی ذمہ داریوں کی احسن طریقوں سے ادائیگی کی توفیق ملنے کی دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ ٹانف کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔ وضو بے وضو کثرت سے اللہ تعالیٰ کے اسمِ بے سلام کا ورد کرتی رہیں۔

میری دعا ہے کہ آپ کے شوہر جلد راہ راست پر آجائیں اور ان کا ساتھ آپ کے لیے خوشی اور عزت و احترام کا سبب بنے۔ اس دعا کے ساتھ ساتھ میں آپ کو یہ مشورہ بھی دینا چاہتا ہوں کہ آپ کو اپنے والدین کو اپنے حالات سے باخبر رکھنا چاہیے۔

جھگڑالو بہو کی باتیں

سوال: میرے بیٹے کی شادی تین سال پہلے ہوئی

تھی۔ شادی کے چند ماہ بعد ہی بیٹے نے اپنے طور طریقے دکھانا شروع کر دیے۔ اس نے اپنے شوہر کو نکلا، کھٹو وغیرہ کے القابات سے نوازا۔ جب میں نے اسے سمجھایا تو مجھے بھی کھری کھری سائی۔ وہ اتنی اونچی آواز سے بولتی ہے کہ دور تک اس کی آواز جاتی ہے۔ شوہر اس کے لیے کچھ بھی کر لے وہ اس کی نظر میں کچھ بھی شمار نہیں ہوتا۔

میرا بیٹا خاموش طبیعت کا مالک ہے۔ گھر داری کے بھرم میں اس نے یہ سب برداشت کیا ہے۔ وہ اندر سے ڈر پوک بھی ہے۔ مجھے اس وقت بہت دکھ ہوتا ہے جب وہ اپنے شوہر کو ہذا حرام کہتی ہے۔ اس کے میکے والے بھی اس کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں۔ وہ الگ بھی رہنا نہیں چاہتی اور ہمارے ساتھ رہ کر ہمیں اپنے سے الگ کرنا چاہتی ہے۔ وہ اپنے شوہر کو بیکری کی دھول سمجھتی ہے۔ شوہر کے ایثار کو وہ اس کی ذمہ داری کہتی ہے کہ کوئی احسان نہیں ہے۔

ہم اپنے پوتے کو اگر کبھی اپنی گود میں لے لیں تو ایک ہنگامہ کھڑا کر دیتا ہے۔ سارا دن کمرے میں بند رہتی ہے۔ اس کے مشاغل ٹی وی دیکھنا یا اونچی آواز میں ٹیپ لگانا ہے۔ بہت جھگڑا ہوا ہے۔ ہم سب بھی اس سے ڈرتے ہیں کہ تجاے کب ہم پر کیا الزام لگا دے۔

اپنی تندوں کے ساتھ اس وقت تک ٹھیک رہتی ہے، جب تک اس کی ہاں میں ہاں ملانی جائے یا اس کے مشورے سے کام کیا جائے۔

ہمیں مشورہ دیں کہ ہمارے بیٹے کو کیا کرنا چاہیے کہ اس کی بیوی اس کی عزت کرنے لگے۔

جواب: مشورے تو کئی دیے جاسکتے ہیں لیکن آپ کے صاحبزادے شاید ان پر عمل نہیں کریں گے۔ مختصر ا یہ کہ انہیں یہ سمجھانے کی ضرورت ہے کہ بحیثیت ایک مرد اپنی تمام ذمہ داریوں کا احساس کریں۔ اپنی صحت کا جائزہ لیں اور اپنی ازدواجی زندگی کے تمام فرائض

اصن طریقوں سے ادا کرنے کا اہتمام کریں۔
اپنے بیٹے کے احوال کی اصلاح کی کوششوں کے
ساتھ ساتھ بطور روحانی علاج

رات سونے سے پہلے آتالیس مرتبہ سورہ لہم السجدہ
(41) کی آیات نمبر 34-35

وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ
بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ
عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ ۝ وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا
الَّذِينَ صَبَّؤُوا وَمَا يُلْقَاهَا
إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنی
بہو کا تصور کر کے دم کر دیں اور سسرال والوں کے ساتھ
احترام سے رہنے اور شوہر کے ساتھ محبت، حسن سلوک
سے پیش آنے کی توفیق ملنے کی دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز تک یا تو روز تک جاری
رکھیں۔ تاخیر کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

اولاد سے محروم بیٹھے

سوال: میرے پانچ بیٹے اور دو بیٹیاں ہیں۔ دو بیٹے
بیرون ملک برسر روزگار ہیں۔ تین بیٹے اپنا اپنا کاروبار
کرتے ہیں۔ معاشی طور پر سب سیٹ تھے، اس لیے کم عمری
میں ہی چار بیٹوں کی شادیاں کر دی گئیں۔ بیٹیاں بھی اپنے
اپنے سسرال میں خوش ہیں۔ ایک بیٹی کے دو بیٹے اور
ایک بیٹی جبکہ دوسری بیٹی کے ایک بیٹا اور بیٹی ہے۔

آج سے آٹھ سال پہلے جب سب سے بڑے بیٹے کی
شادی ہوئی تو ہم سب خوشی کی خبر کے لیے بے چین تھے
لیکن وقت گزر گیا۔ ہر طرح کے ڈاکٹری معائنہ کروائے
گئے۔ ڈاکٹر کے مطابق دونوں میاں بیوی بالکل صحت مند
ہیں، ان میں کسی قسم کی کوئی کمی نہیں ہے۔ اس وقت کچھ

رشتہ داروں نے کہا کہ سخت بندش لگتی ہے، لیکن ہم نے
ان باتوں پر یقین نہیں کیا۔

اس کے دو سال بعد دوسرے بیٹے کی شادی ہوئی۔
اس کو بھی اسی طرح کی صورت حال کا سامنا کرنا پڑا۔ اس کی
بھی ابھی تک کوئی اولاد نہیں ہے۔ تیسرے اور چوتھے
بیٹے کی شادی کے بعد بھی یہی معاملہ رہا۔

مجھ نہیں آتا کہ میرے تمام بیٹیوں کی میڈیکل
رپورٹ نارمل ہیں۔ بہوؤں کے تمام ٹیسٹ ٹھیک ہیں لیکن
ان کے ہاں اولاد نہیں ہوتی۔

ہم نے کئی بزرگوں سے رجوع کیا، سب نے یہی کہا
کہ ان پر سخت بندش کروائی گئی ہے۔

مجھے اور میرے شوہر کو دادا، دادی بننے کی بہت آرزو
ہے لیکن نجانے کس بد بخت نے اس قدر سخت عملیات
کروائے ہیں کہ ہمارے چار بیٹے شادی شدہ ہیں اس کے
باوجود بھی ہم پوتے، پوتیوں سے محروم ہیں۔

جواب: اپنے سب شادی شدہ بیٹوں سے کہیں
کہ وہ صبح اور شام آتالیس مرتبہ سورہ فتح (59) کی
آیت 24

هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ
الْحُسْنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ
وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ۝
تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک
ایک ٹھیل اسپون شہد پر دم کر کے پئیس اور اپنے اوپر بھی
دم کر لیں۔

اس کے علاوہ عشاء کے فرض اور سنتیں وقت پر ادا
کریں۔ وترات سونے سے پہلے پڑھیں۔ وتر کے بعد گیارہ
مرتبہ درود شریف، آتالیس مرتبہ سورہ الزمر (39) کی
آیت 6 میں سے

خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ

لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ

اس کے بعد تین مرتبہ سورہ فلق، تین مرتبہ سورہ
الناس اور آخر میں گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھ کر پانی پر
دم کر کے پئیس اور تھوڑا پانی اپنے ہاتھوں میں لے کر اپنے
چہرے اور سینے پر چھڑک لیں۔

چاروں بیٹوں سے کہیں کہ وہ حسب استطاعت
صدقات بھی کرتے رہیں۔
چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یا حفیظ یا
سلاہ کا ورد کرتے رہیں۔

اسٹنڈی سے بے زاری

سوال: چند سال پہلے ہمارے والد کا انتقال ہوا
ہے۔ میری والدہ ایک اسکول میں پڑھاتی ہیں۔ والد
صاحب کے انتقال کے بعد انہوں نے ہماری پرورش کے
لیے بہت قربانیاں دی ہیں۔ میری دو بہنیں ہیں۔ میں ان
کا اکلوتا بھائی ہوں۔ اللہ کا شکر ہے کہ دونوں بہنوں کی
شادی ہو چکی ہے۔ میں ابھی پڑھا ہوں۔

انٹر میں آنے کے بعد نجانے کیا ہوا کہ میرا دل
پڑھائی سے بے زار ہونے لگا۔ میٹرک کیے ہوئے تیسرا
سال ہے میں انٹریکس نہ کر سکا۔

مجھے اپنی والدہ کے لیے کچھ بتانا ہے، مگر میرا حال یہ
ہے کہ کتابیں دیکھتے ہی مجھ پر نیند طاری ہو جاتی ہے۔

اپنے مستقبل کی طرف سے پریشان ہو کر میں نے
سوشل لائف ہی ترک کر دی۔ میری والدہ نے میری
ہمت بندھانے کی کوشش کی۔ پچھلے سال بھی امتحان میں
بیٹھا مگر امتیازی نمبر نہ لاسکا۔

جواب: صبح اور شام آتالیس مرتبہ سورہ ہود
(11) کی پہلی آیت

الر كِتَابٌ اٰخِرْتَابٌ اٰيَاتُهُ ثُمَّ فِصْلَةٌ مِنْ

لَدُنْ حَكِيمٍ خَبِيرٍ ۝

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک
ایک ٹھیل اسپون شہد پر دم کر کے پئیس اور اپنے اوپر دم
بھی کر دیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔
وضو بے وضو کثرت سے یا حفیظ یا حاکیم کا ورد
کرتے رہیں۔

احترام و برداشت کی کمی

سوال: میری چار بیٹیاں اور دو بیٹے ہیں۔ چاروں
بیٹیاں بڑی ہیں۔ چھوٹا بیٹا جب پانچ سال کا تھا تو میرے
شوہر کا انتقال ہو گیا۔ اپنے بیٹوں کی پرورش کے ساتھ

معاشی ذمہ داری بھی مجھ پر آن پڑی۔ اس وقت میری
دونوں بڑی بیٹیوں نے اپنی تعلیم کے ساتھ ساتھ گھر گھر
کام کر کے میرا بہت ساتھ دیا۔ بعد میں ان دونوں نے
ملازمت بھی کر لی۔ چھوٹی بیٹیوں پر کوئی معاشی دباؤ نہ تھا
لیکن اس کے باوجود وہ گھر میں بڑی بہنوں کے کام کے
حوالے سے بہت لڑائیاں کرنے لگیں۔ ان کے مرحوم
والد ان سے بہت لاپرواہ کرتے تھے، شاید یہ وجہ ہو کہ
میری یہ دو چھوٹی بیٹیاں حد سے زیادہ بد تمیز ہیں۔ وہ کسی
کے قابو میں ہی نہیں ہیں۔ ہر وقت شور شرابا، جھگڑانا کا
معمول بن گیا ہے۔ بڑی بہنوں نے ان تمام الجھنوں سے

facebook

Dr. Waqar Yousuf Azeemi

Share Status Question Photo

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

اب فیس بک پر بھی.....

facebook.com/Dr.Waqar.Yousuf.Azeemi

بچنے کے لیے خود ہی گھر کے دیگر کام کرنا شروع کر دیے... لیکن کب تک... آخر ان کی برداشت بھی ختم ہو گئی اور اس طرح ہمارے گھر میں لڑائی جھگڑوں کا نہ ختم ہونے والا سلسلہ شروع ہوا۔ بیٹوں سے کافی امیدیں تھیں لیکن یہ دونوں بھی پڑھائی میں دلچسپی نہیں لیتے۔ زیادہ تر وقت محلے کے شریر لڑکوں کے ساتھ گھومتے ہیں یا گھر میں ہوں تو بہنوں پر مختلف اعتراضات کرتے ہیں اور ان پر اپنا بنیاد لگانے کی باتیں کرتے ہیں۔

اب حال یہ ہے کہ بہنوں کی آپس میں ایک دوسرے کے ساتھ نہیں بنتی اور بھائی اپنی بہنوں سے الگ تھلگ اور ناراض سے رہتے ہیں۔ یہی حال رہا تو مجھے ڈر ہے کہ اس گھر کا شیرازہ مکمل طور پر نہ بکھر جائے۔

واقار صاحب! کچھ پڑھنے کو بتائیں کہ ان بہن بھائیوں میں ایک دوسرے کے لیے عزت و احترام ہو اور یہ بہن بھائی، اپنی ذمہ داریوں کی اچھی طرح ادائیگی کے قابل ہو سکیں۔

جواب: رات سونے سے پہلے 101 مرتبہ سورۃ آل عمران (3) کی آیت 134 میں سے

وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَاقِلِينَ عَنِ النَّاسِ
وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر سب بچوں کا تصور کر کے دم کر دیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں کہ ان میں باہمی حسن سلوک ہو۔ ایک دوسرے کے لیے محبت اور احترام کے جذبات پروان چڑھیں۔ منفی طرز فکر سے حفاظت ہو۔ یہ عمل کم از کم پچاس روز تک جاری رکھیں۔

بندش

☆☆☆☆

سوال: میری شادی کو ایک سال ہو گیا ہے۔ شادی

کی رات ہی میرے شوہر کی اچانک طبیعت خراب ہو گئی۔ ڈاکٹر نے ایک ہفتہ ہسپتال میں رکھا اور بہت سے ٹیسٹ ہوئے مگر کچھ سمجھ میں نہ آیا۔ سسرال والے شوہر کو گھر واپس لے آئے۔

گھر آنے کے بعد وہ بہت خاموش رہنے لگے اور زیادہ تر وقت اپنی والدہ کے کمرے میں گزارنے لگے۔ وہ مجھے کہتے ہیں کہ تم مجھے بہت عزیز ہو۔ میں تمہارے ساتھ زندگی کی خوشیاں حاصل کرنا چاہتا ہوں لیکن اپنے کمرے میں آتے ہی ان کی طبیعت خراب ہونے لگتی ہے۔ انہیں سر میں شدید درد محسوس ہوتا ہے۔ غصہ آتا ہے اور آنکھیں سرخ ہو جاتی ہیں۔

سسرال والوں نے عامل حضرات سے رجوع کیا۔ انہوں نے بتایا کہ ان کے ازدواجی تعلقات پر شدید بندش کروادی گئی ہے اور اس بندش کا مقصد یہ ہے کہ زن و شوہر میں قربت نہ ہو سکے۔

آپ سے درخواست ہے کہ میرے سہاگ کو بچالیں۔ ایسا عمل یا وظیفہ بتائیں کہ میرے شوہر پر سے جادو کے اثرات ختم ہو جائیں اور ہم زندگی کی خوشیاں پاسکیں۔ میں تمام عمر آپ کو دعاؤں دوں گی۔

جواب: اپنے شوہر سے کہیں کہ وہ صبح اٹھ کر منہ ہاتھ دھو کر وضو کر لیں، تاہم وضو قائم رکھنے کے لیے طبیعت پر جبر نہ کریں۔ کسی طبی حاجت کی وجہ سے اگر وضو ٹوٹ جائے تو دوبارہ کر لیں۔

صبح شام 101 مرتبہ سورۃ حجر (15) آیت 17

وَحَفِظْنَاَهَا مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ رَجِيمٍ

سورۃ بروج کی (85) آیت نمبر 20

وَاللَّهُ مِنْ وَرَائِهِمْ مُحِيطٌ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیئیں۔

صبح اور شام ایک ایک تمبیل اسپون شہد، پاؤ چھٹی کلوٹی کے ساتھ لیں۔

رات سونے سے پہلے دو رکعت نماز نفل ادا کریں۔ پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد پانچ مرتبہ آیت الکرسی اور سات مرتبہ سورۃ فلق، دوسری رکعت میں پانچ مرتبہ آیت الکرسی اور سات مرتبہ سورۃ الناس کی تلاوت کی جائے۔

رات سوتے وقت با وضو حالت میں ہوں، دن میں بھی اگر کسی وقت سونا ہو تو وضو تازہ کر لیں۔ کثرت سے یا حَفِظْنَا يَا سَلَامًا يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ کا ورد کرتے رہیں۔

ہر نماز اپنے وقت پر ادا کی جائے۔ کوشش کیجیے کہ پانچ وقت نماز باجماعت ادا ہو۔ اس بات کا بطور خاص اہتمام کیا جائے کہ کوئی نماز قضا نہ ہو۔

محبت کا نشہ

☆☆☆☆

سوال: چند سال پہلے میری موبائل پر ایک لڑکے کے ساتھ دوستی ہو گئی۔ اس وقت میں انٹر میں پڑھتی تھی۔ میری بعض دوستوں نے سمجھایا کہ اس طرح کی دوستیاں عارضی ہوتی ہیں۔ ان سے زیادہ توقعات رکھنا ٹھیک نہیں۔ لیکن مجھے وہ دوسرے عام لڑکوں کی طرح نہیں لگا، کیونکہ اس نے چند ماہ بعد اپنی والدہ کو ہمارے گھر بھیج دیا۔ اس کی والدہ نے کہا کہ وہ صرف اپنے بیٹے کے اصرار پر رشتہ لے کر آئی ہیں۔ ان کے گھر کے باقی افراد اس رشتے کے حامی نہیں ہیں۔

یہ سن کر میرے والدین اور بھائیوں نے انکار کر دیا۔ لیکن میری ضد تھی کہ شادی ہر حال میں اس لڑکے کے ساتھ کروں گی۔

وہ لڑکا اپنے بہن بھائیوں میں چوتھے نمبر پر ہے۔ اس سے بڑے دونوں بھائی ابھی غیر شادی شدہ ہیں۔

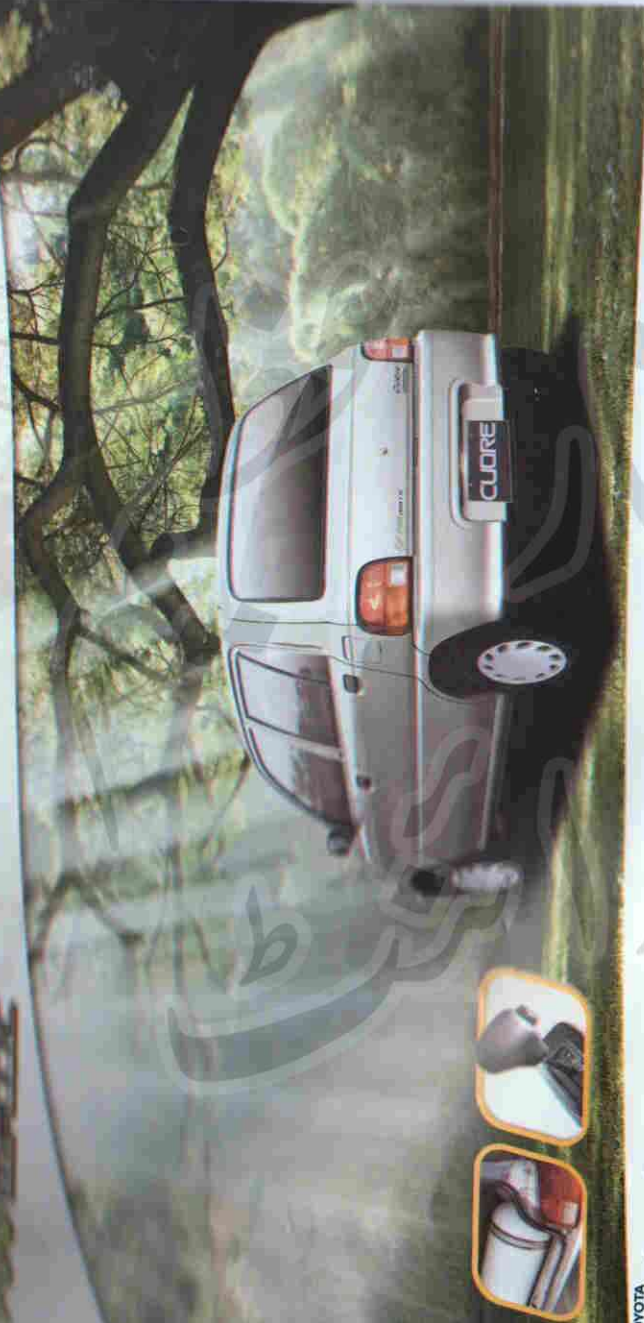
بہر حال دونوں گھرانوں کی شدید مخالفت کے باوجود یہ شادی ہو گئی۔ میرے بھائیوں نے کہا کہ ہم تمہاری شادی میں شریک ہو رہے ہیں، لیکن اس کے بعد تم سے ہمارا کوئی تعلق نہیں ہوگا۔ اپنے بھائیوں کی اس بات سے مجھے دکھ تو ہوا، لیکن میں اپنا بیاد ملنے پر بہت خوش تھی۔ میرے شوہر نے مجھے کہا کہ ابھی حالات ٹھیک نہیں، اس لیے ہمیں کچھ عرصہ تک خاندانی منصوبہ بندی پر عمل کرنا ہوگا۔

شادی کے دو ماہ بعد سسرال والوں نے ہمیں کہا کہ اب اپنا بندوبست کہیں اور کر لو۔ میرے شوہر کی آمدنی زیادہ نہیں۔ اس لیے ہم کراچی کے ایک اچھے علاقے سے مجبوراً ایک پسماندہ علاقے میں چوتھی منزل پر دو کمرے کے ایک فلیٹ میں کرایہ پر رہنے لگے۔ یہاں میرے شوہر چند ماہ تک تو میرے ساتھ ٹھیک رہے، پھر ان کے انداز و اطوار تبدیل ہونے لگے۔

مجھ پر طنز کرنا، بات بے بات جھڑک دینا، یہاں تک کہ مجھ پر ہاتھ بھی اٹھانے لگے۔ میں نے اپنی والدہ سے بات کی۔ ماں نے مجھے سینے سے لگایا، پیار کیا اور مجھے گھر کے خرچ کے لیے پیسے بھی دیے۔ میرے بھائیوں کو پتہ چلا تو انہوں نے کہا کہ اب تم سے ہمارا کوئی تعلق نہیں ہے۔

میں ماں بننا چاہتی ہوں لیکن میرا شوہر راضی نہیں ہے۔ وہ کہتا ہے کہ اسے فی الحال بچے نہیں چاہئیں۔ ہماری محبت کا نشہ اتر چکا ہے۔ ہمارے درمیان اکثر جھگڑا رہتا ہے۔ وہ کبھی مجھے مارتا پیٹتا بھی ہے۔ کہتا ہے کہ اگر مجھ سے تنگ آگئی ہو تو اپنی ماں کے گھر واپس جا سکتی ہو۔ اس کے گھر والے مجھ سے نہیں ملتے، لیکن انہوں نے اپنے بیٹے سے نااط قائم رکھا ہوا ہے۔ وہ ہفتہ پندرہ دن میں اپنے والدین کے ہاں جاتا رہتا ہے۔

میرے بھائی مجھ سے ناراض ہیں، شوہر بے رخی برت



Cuore Ecomatic, fully equipped with Air Conditioner, Automatic transmission and a factory fitted CNG kit to make the Perfect Fusion.

* For Standard Model (CX)

3s Authorized Dealer

TOYOTA HYDERABAD MOTORS

Address: A-41, S.I.T.E. AUTO BHAN ROAD, HYDERABAD, PAKISTAN

تک تعلیم حاصل کی ہے۔

اس کے بعد اس کے کئی رشتے آئے، مگر جو بھی رشتہ آتا ہے وہ دوبارہ پلٹ کر نہیں آتا۔ ہماری بہن کتنی ہیں کہ سمجھ نہیں آتا کہ یہ بندش ہے یا میرے نصیب یا ہمارے معاشرے کی بے بسی۔ ان کی عمر اب ستائیس سال ہو چکی ہے۔

جو اب: اپنی بہن سے کہیں کہ وہ عشاء کی نماز کے

بعد 101 مرتبہ سورہ بقرہ (2) کی آیت 163:

وَاللّٰهُمَّ اِلٰهًا وَّاحِدًا لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور اپنے لئے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز یا نوے روز تک جاری رکھیں۔

صبح کے وقت اور شام میں عصر و مغرب کے درمیان سات مرتبہ سورہ قلق اور سات مرتبہ سورہ الناس پڑھ کر پانی پر دم کرنے کی لٹین اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔ یہ عمل کم از کم اکیس روز تک جاری رکھیں۔

حسب استطاعت صدقہ بھی کر دیں۔ اس کا طریقہ اس طرح ہو سکتا ہے کہ تین ماہ تک ہر جمعرات کو کم از کم تین مستحق اشخاص کو دو وقت کا کھانا کھلائیں یا کسی اور طرح ضرورت مند کی مدد کریں۔



روحانی فون سروس

گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے
حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی
روحانی فون سروس

کراچی: 021-36688931, 021-36685469

اوقات: پیر تا جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک

رہا ہے۔ وہ مجھے ماں بننے کی خوشی سے محروم رکھنا چاہتا ہے۔ اب میری سمجھ بھل نہیں آ رہا کہ میں کیا کروں۔

کبھی خیال آتا ہے کہ اس زندگی سے تو موت بہتر ہے۔ مگر سوچتی ہوں کہ جذبات میں آ کر اپنی زندگی اپنے ہاتھوں برباد کر لی۔ اب مزید غلط فیصلہ کرنے سے آخرت بھی برباد نہ ہو جائے۔

جو اب: رات سونے سے پہلے 101 مرتبہ

سورہ نساء (4) کی آیت 26:

يٰرَبِّدُ اللّٰهَ لِيُبَيِّنَ لَكُمْ وَيَهْدِيَكُمْ سُنَنَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَيَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَاللّٰهُ عَلِيْمٌ حَكِيْمٌ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شوہر کے رویوں میں مثبت تبدیلی اور بڑی عادتوں سے نجات کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

ناند کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

رشتہ نہیں ہوتا....

☆ ☆ ☆
سوال: ہماری دو بہنیں ہیں۔ ہمارا گھرانہ بہت مذہبی اور صوم و صلوة کا پابند ہے۔ ہمارے گھر میں ٹی وی تو ہے مگر کیبل نہیں ہے اور ٹی وی بھی زیادہ تر بند ہی رہتا ہے۔ ہماری بڑی بہن کی شادی ہو چکی ہے۔ چھوٹی بہن کی شادی کے سلسلے میں کئی رکاوٹوں کا سامنا ہے۔ تین سال پہلے اس کی منگی ہوئی تھی۔ یہ منگی دو سال تک رہی۔ اس کے بعد لڑکے نے شادی کرنے سے انکار کر دیا۔ اسے کوئی اور لڑکی پسند آگئی تھی، جو ماڈرن بھی تھی۔

وہ لڑکا ہمارے گھرانے کو مذہبی اور دینی خیالات کا مالک سمجھنے لگا تھا....

یہ رشتہ ٹوٹنے سے ہماری بہن کو بہت دکھ ہوا۔ میرے والدین بھی بہت دکھی ہوئے۔ میں نے ایم اے